

Суть квалиа – как формы процесса осмысления

Перечень вопросов, которые следует разъяснить человеку, желающему ясно понять и представить себе суть субъективного переживания.

Ключевые слова: субъективное переживание, квалиа, сознание, МВАП, модель волевой адаптивности психики, семантическая память, эгоцентрическая значимость, гомеостаз, актуальность стимула, осознанное внимание, канал внимания, цикл осознания, эпизодическая память, гештальт, инсайтпроизвольность, философский зомби, форма и содержание, нейрофизиология сознания, адаптивность, осмысление, понимание смысла, целевой режим, пассивный режим, фоновые циклы, реконсолидация памяти, энграмма, префронтальная кора, глобальная информационная картина, трудная проблема сознания, Дэвид Чалмерс

Аннотация

Работа представляет целостную модель субъективного переживания в рамках теории МВАП. Переживание трактуется как форма процесса осмысления, переживаемая изнутри самой адаптивной системой. На основе анализа семантической памяти, эгоцентрической значимости, ориентировочного рефлекса и единственного канала внимания показана неизбежность субъективности для любой системы с психической адаптивностью. Обоснована невозможность «философского зомби». Модель устраняет необходимость в дуалистических сущностях, предлагая проверяемые объяснения внимания, памяти, воли, самосознания и инсайта.

Введение

Теория сознания МВАП (Модель Волевой Адаптивности Психики) предлагает исчерпывающий и проверяемый ответ на вопрос о сути субъективных переживаний, который устраняет необходимость вводить дополнительные сущности вроде «души» или «протосознания» [1]. Первое, что приходит в голову читающего такое: этого не может быть, потому что столько ученых мучается, и вероятность того, что неизвестная широкой публике группа исследователей вдруг предложила решение, кажется настолько невероятной, что возникает естественное желание отвергнуть всё с порога. И, в самом деле, при чтении то и дело попадаются явно не лезущие ни в какие ворота идеи, вызывающие праведный гнев и нежелание слушать что-то еще. Проблема таких людей возникает из множества факторов, главным из которых является неавторитетность продвигающих МВАП. Но верить или не верить – это не то, для чего десятилетиями формировались модели МВАП, так что сразу же, пожалуйста, если вы выбрали заранее позицию активного неприятия и не имеете времени и желания разобраться, то, пожалуйста, сэкономьте свое время и лучше порадайте себя чем-то другим. Вы, несомненно, хороший человек, просто вот тут еще не готовы погрузиться.

Далее – результат сборки множества вариантов попыток показать модель ясно и просто. Не просто слова, в, если нужно, доскональные обоснования и последовательные шаги приближения. Все это остается здесь пока за кадром, но со ссылками для возможности углубиться.

Далее следуют последовательные ответы на 20 ключевых вопросов, без которых невозможно составить целостное представление о субъективном переживании, а затем обобщает всё в единую модель понимания.

Если же вы готовы потратить время — вот главный якорь, на который можно опираться в процессе чтения: субъективное переживание — это не “добавка” к работе мозга, а способ существования процесса осмысления, переживаемый изнутри самой системой. Всё остальное — это последовательное раскрытие этого тезиса.

1. Что именно переживается?

Согласно теории МВАП (Модель Волевой Адаптивности Психики), переживается не сам по себе внешний объект или стимул, а его семантический кадр — то есть образ, связанный с его личной значимостью для субъекта в данных условиях. Такой кадр долговременно сохраняется в виде семантической памяти [3].

Например, когда вы смотрите на собаку, вы переживаете не просто "собаку". Вы переживаете:

- "Опасная собака" — если она рычит.
- "Моя собака" — если вы её любите.
- "Просто собака" — если она не вызывает эмоций.

Это и есть элементарное субъективное переживание: не сырой сигнал от органов чувств, а смысл, который этот сигнал имеет именно для вас.

В каждый момент осознания мозг не работает с "чистым" стимулом. Он мгновенно собирает три элемента в единую структуру — семантический кадр:

1. Образ (Что?) — распознанный паттерн восприятия (собака, красный цвет, звук).
2. Контекст (Где и когда?) — условия, в которых появился образ (вечер, лес, я голоден).
3. Значимость (Что это значит для меня?) — личная оценка этого образа в данном контексте (опасно, полезно, приятно).

Переживание — это и есть процесс актуализации этого семантического кадра. Именно связка "образ + контекст + значимость" порождает то, что вы ощущаете "изнутри". Меняется значимость — меняется и переживание. Появляется смысл: понимание того, что именно означает это в данных условиях и ситуации.

Пример

Возьмём бутылку воды:

- Образ: бутылка с водой.
- Контекст 1: жаркий день, вы хотите пить.
- Значимость: "Спасение".
- Переживание: сильное желание, предвкушение.
- Образ: та же бутылка.
- Контекст 2: вы только что выпили два литра.
- Значимость: "Нейтральный предмет".
- Переживание: безразличие.

Сетчатка глаза видит одинаковую картинку, в мозге распознается один образ, но переживание — кардинально разное, потому что изменилась значимость образа.

Почему переживается именно это? Переживается не физический стимул, а его эгоцентрическая значимость. Это оценка того, насколько данный образ полезен или вреден для поддержания гомеостаза (жизненно важных параметров организма). Система устроена так, чтобы оценивать всё с точки зрения "Я".

Поэтому, если убрать контекст и личную значимость, исчезает и само переживание, остаётся лишь безжизненный сигнал. Именно поэтому философский зомби (существо, которое ведёт себя как человек, но ничего не чувствует) невозможен в рамках МВАП: если у системы есть все три элемента (образ, контекст, значимость), у неё уже есть и переживание [2].



Подробнее: fornit.ru/102588 (Семантическая память — основа субъективных переживаний).

2. Кто является субъектом этого переживания?

Субъектом переживания является сама система индивидуальной адаптивности в своей эгоцентрической точке отсчета [4]. Простыми словами — это "Я", но не как мистическая душа или гомункулус, а как функциональный центр, относительно которого всё оценивается.

Когда вы переживаете что-то, субъект — это не "кто-то" внутри вас, а сам процесс переживания, организованный вокруг вашего тела и его потребностей. Вы ощущаете себя субъектом, потому что ваша система устроена эгоцентрически: всё, что происходит, оценивается с точки зрения "полезно/вредно для меня".

Развёрнутое объяснение:

1. Субъект — это не гомункулус

В мозге нет маленького человечка (гомункулуса), который сидит и смотрит на "экран" ваших переживаний. Субъект — это не отдельная сущность, а режим работы системы, при котором:

- информация становится значимой для самой системы;
- система оценивает происходящее относительно собственного состояния (гомеостаза);
- система способна произвольно перестраивать своё поведение при новизне.

2. Эгоцентрическая основа субъекта

Субъект в МВАП — это эгоцентрическая точка отсчета. Это означает:

- Вся значимость вычисляется как "хорошо/плохо для меня";
- Система не может оценивать ситуацию иначе, как через призму своих жизненных параметров;
- Это не эгоизм в моральном смысле, а функциональная необходимость выживания [5].

3. Субъект как "узел актуализации абстракций"

Более формально, субъект — это место, в котором универсальные абстракции пересекаются с конкретным жизненным контекстом (условиями и ситуацией).

- Абстракции (например, "число пять" или "опасность") едины для всех мыслящих существ.
- Но актуализация их в конкретном теле, биографии и текущей ситуации делает их вашими переживаниями.

4. Самоощущение возникает до личности

При пробуждении от глубокого сна вы ещё не знаете, кто вы, где находитесь, какой сегодня день. Но у вас уже есть базовое самоощущение — чувство, что "я есть". Это и есть основа субъекта — самая общая абстракция. Личность (имя, биография, социальные роли) — это уже надстройка над этим базовым самоощущением.

Ключевой вывод: субъект переживания — это не "душа" или "наблюдатель". Это сама система адаптации, переживающая свою значимость в эгоцентрической системе отсчёта.

Аналогия. Представьте, что вы — это не шофёр в машине, а сама машина, которая оснащена датчиками и системой навигации. Когда вы оцениваете дорогу, вы не думаете о своих транзисторах — вы просто чувствуете, "хорошо" или "плохо" для вас (как для целого) движение по этой дороге. Вы — это процесс оценки, а не "кто-то", кто оценивает.

Короткие адреса для дополнительного изучения:

- fornit.ru/70018 (Эгоцентрическая значимость)
- fornit.ru/70640 (Центр Активности Личности)
- fornit.ru/102737 (Самосознание как рядовой эффект)

КТО ЯВЛЯЕТСЯ СУБЪЕКТОМ ПЕРЕЖИВАНИЯ?

(Согласно ТЕОРИИ МВАП)



3. В какой момент времени оно возникает?

Субъективное переживание возникает в момент, когда система сталкивается со значимой новизной, и привычный автоматизм оказывается недостаточным или сомнительным. Точнее — в момент привлечения канала осознанного внимания к наиболее актуальному стимулу через ориентировочный рефлекс. Потому что нет никакой необходимости включать систему осмысления для привычной ситуации, в которой уже есть надежная реакция.

Переживание появляется не тогда, когда вы что-то видите или слышите, а тогда, когда это что-то оказывается новым и важным одновременно, и вы останавливаетесь, чтобы подумать: пройдет ли привычное для этой ситуации, у которой появилось что-то новое или нужно придумать альтернативу.

Пример:

- Вы идёте по знакомой улице — переживаний нет, вы на автопилоте.
- Внезапно видите незнакомый предмет на дороге — в этот момент возникает переживание (удивление, настороженность).

Развёрнутое объяснение:

1. Переживание не совпадает с восприятием

Восприятие может происходить без переживания. Например:

- Когда вы едете по привычному маршруту, вы воспринимаете дорогу, но ничего не переживаете, кроме своих новых мыслей.
- Когда вы погружены в сложную задачу, вы можете не замечать, что за окном идёт дождь, хотя ваши глаза его видят.

Переживание возникает только тогда, когда стимул в конкуренции с другими стимулами, выигрывает канал приоритетного внимания.

2. Ключевой механизм: ориентировочный рефлекс

Запуск начало нового осмысления с переживаниями определяется ориентировочным рефлексом — древним механизмом, который автоматически вычисляет:

- Значимость стимула (насколько он важен для гомеостаза – выживания личного или социального).
- Новизну стимула (насколько он не соответствует ожиданиям или опыту) [6].

Формула силы актуальности стимула для конкуренции с другими стимулами:

Актуальность = Значимость × Новизна [7]

Канал внимания захватывается самым актуальным из всех стимулов, когда это произведение превышает все остальные. Фокус внимания оказывается не просто на стимуле, а на самом актуальном в данный момент – на семантически выделенной основе понимания смысла.

3. Момент "стыка" автоматизма и осмысления

Переживание возникает в момент, когда:

- Система собиралась запустить привычный автоматизм (рефлекс, привычку).
- Но что-то новое заставляет её усомниться: "А сработает ли этот автоматизм в новых условиях с пользой?".

Этот момент сомнения, остановки и переключения на осознанный поиск решения — и есть момент рождения переживания на самом простом его уровне.

4. Кадровая природа переживания

Переживание не непрерывно. Оно состоит из отдельных кадров — моментов осознания, которые фиксируются в эпизодической памяти.

Каждый такой кадр возникает:

- При появлении нового актуального стимула (внешнего или ментального).
- При изменении контекста, меняющего значимость текущего стимула.
- При инсайте — когда фоновый процесс находит новое решение и "всплывает" в сознание.

5. Когда переживание НЕ возникает

Переживание не возникает в следующих случаях:

- Ситуация полностью привычна, автоматизм надёжен (вы идёте, дышите, жуёте).
- Стимул имеет нулевую значимость (вы не обращаете внимания на миллион деталей вокруг).
- Стимул настолько нов, что система не может его даже категоризировать (впадает в ступор, как курица перед меловой чертой).
- Система находится в состоянии глубокого сна или наркоза (инфокартина не обновляется).

Инфокартина – особый вид оперативной памяти, хранящей важнейшие образы актуального и, тем сама, информируя систему осмысления о происходящем в ходе осмысления. Эта память глобально доступна для механизмов осмысления [8].

Ключевой вывод: переживание возникает в момент привлечения осознанного внимания к стимулу с высокой значимостью и новизной — в момент остановки привычного автоматизма и начала поиска альтернативного решения.

Аналогия. Представьте, что вы играете на пианино знакомую мелодию. Вы ничего не переживаете, пальцы бегают сами. Внезапно вы сбиваетесь и берёте не ту ноту. В этот момент возникает переживание — напряжение, удивление, необходимость остановиться и найти правильный путь. Именно этот момент "сбоя привычного" и есть момент рождения субъективного переживания – попытка произвольно переосмыслить случившееся.

Пример. Вы задумались и машинально съели ягоду. Вдруг спешиваете себя, а какой же был ее вкус? Его не осталось в памяти потому, что от ягоды не возник ориентировочный рефлекс и ее образ не начал удерживаться для осмысления, а промелькнул мимолетно. Его больше нет нигде и нет способа восстановить как переживание.

Короткие адреса для дополнительного изучения:

fornit.ru/70759 (Ощущение и переживание, ориентировочный рефлекс)

fornit.ru/68516 (Цикл осознания актуального стимула)

fornit.ru/67560 (Эпизодическая память и кадры осознания)



4. Какова его длительность и динамика?

Субъективное переживание имеет дискретно-динамическую природу. Оно состоит из отдельных кадров состояния инфокартины (дискретных моментов осознания), но воспринимается как непрерывный поток просто потому, что мы не можем отдельно осознавать сам процесс осознания, мы не можем как бы со стороны наблюдать за шагами осознания. Длительность шага зависит от сложности осмысления (времени работы механизмов процесса, которые делают выборки из памяти и их обработку), а динамика определяется обновлением глобальной информационной картины (инфокартины) на каждом шаге итеративного цикла осознания.

Переживание похоже на кинофильм: вы видите непрерывное движение, но на самом деле это смена отдельных кадров. Один кадр может длиться от долей секунды до нескольких

секунд, а весь фильм — столько, сколько длится ваше бодрствование. Когда вы засыпаете без сновидений, "фильм" прерывается.

Развёрнутое объяснение:

1. Дискретная природа: переживание — это не непрерывная "струя"

Субъективное переживание состоит из кадров, которые сохраняются в эпизодической памяти. Каждый кадр — это фиксация состояния инфокартины в определённый момент осознания [9].

- Кадр — это не просто мгновенная фотография. Это целостное состояние, включающее: актуальный образ, его контекст и значимость для субъекта.
- Кадры не перетекают друг в друга плавно. Они сменяются скачкообразно, при появлении нового актуального стимула или новой порции информации механизмов осмысления.

2. Динамика: как происходит смена кадров

Смена кадров определяется циклом смены отдельных шагов осознания (называемым итероном), направление которых определяется специальным механизмом — диспетчером процесса [10]. Процесс выглядит так:

1. Фиксация кадра: инфокартина обновляется новой информацией (например, вы заметили незнакомый предмет или мышление дало новую информацию).
2. Запуск функции обработки: диспетчер осознания выбирает, какой специализированный механизм (функцию получения информации) активировать для осмысления этого стимула в контексте текущей инфокартины (например, вспомнить, видели ли вы такое раньше).
3. Получение результата: функция выдаёт новую информацию, например, с помощью выборки из памяти опыта (например, "это похоже на ядовитое растение").
4. Обновление инфокартины: новая информация записывается в инфокартину — это новый кадр переживания.
5. Продолжение цикла: если решение не найдено, цикл повторяется с шага 2.

Важно: длительность одного шага цикла не фиксирована. Она зависит от того, как быстро сработала активированная функция. Поэтому кадры имеют разную длительность, что определяет особенности ЭЭГ лобных долей.

3. Длительность отдельных кадров

Длительность кадра — это время от одного обновления инфокартины до следующего. Она может варьироваться:

- Доли секунды (0.5–3 Гц в зависимости от сложности сцены) — при быстром восприятии и простых решениях.
- Несколько секунд и более — при глубоком размышлении, когда один шаг требует сложных вычислений (например, при решении гештальта).
- Внезапное завершение главного цикла для начала другого — при появлении более актуального стимула, который "перебивает" текущее переживание и инициирует новый кадр.

4. Кажущаяся непрерывность: "фильм сознания"

Несмотря на дискретность, мы переживаем сознание как непрерывный поток. Этот эффект создаётся за счёт двух факторов:

- Смена кадров: как в анимации, отдельные кадры сливаются в плавное движение, между которыми нет никакого осознания и его переживания.
- Сохранение контекста: каждый новый кадр наследует основные параметры предыдущего (текущая цель, эмоциональный фон, общая ситуация), поэтому скачки не ощущаются как разрывы.

5. Что происходит, когда "фильм" прерывается

- Сон без сновидений: инфокартина не обновляется, новые кадры не создаются, переживание отсутствует.
- Наркоз: то же самое — механизм обновления инфокартины блокируется.
- Лоботомия: прекращение функционирования лобных долей вообще, со всеми механизмами циклов осмысления. Запускаются только привычные реакции, в том числе проговаривание слов: "Мне больно", "Это прекрасно". Но нет уже никакой произвольности — как альтернативы привычному [12].

6. Фоновые циклы: когда осмысление в главном цикле (который сопровождается переживаниями) вытесняется новым более актуальным стимулом, то такой цикл становится фоновым и не осознается. Но при появлении при его работе экстремально актуальной информации, он снова становится главным и осознается результат его работы (инсайт, озарение).

Даже когда текущий цикл ушёл из осознанного внимания, его обработка может продолжаться в бессознательном фоне. Это приводит к явлениям:

- Инсайт: неожиданное решение проблемы, которая долго не давалась — это результат перехода фонового цикла в главный и "всплытия" в сознании.
- Навязчивые мысли: гештальты (нерешённые проблемы) продолжают фоновую обработку и периодически "прорываются" в сознание как актуальные стимулы.

Ключевой вывод: длительность переживания определяется длительностью цикла осознания (итерона). Его динамика — это последовательное обновление инфокартины (смена кадров), которая воспринимается как непрерывный поток сознания. Переживание прерывается, когда инфокартина перестаёт обновляться (сон, наркоз, потеря сознания).

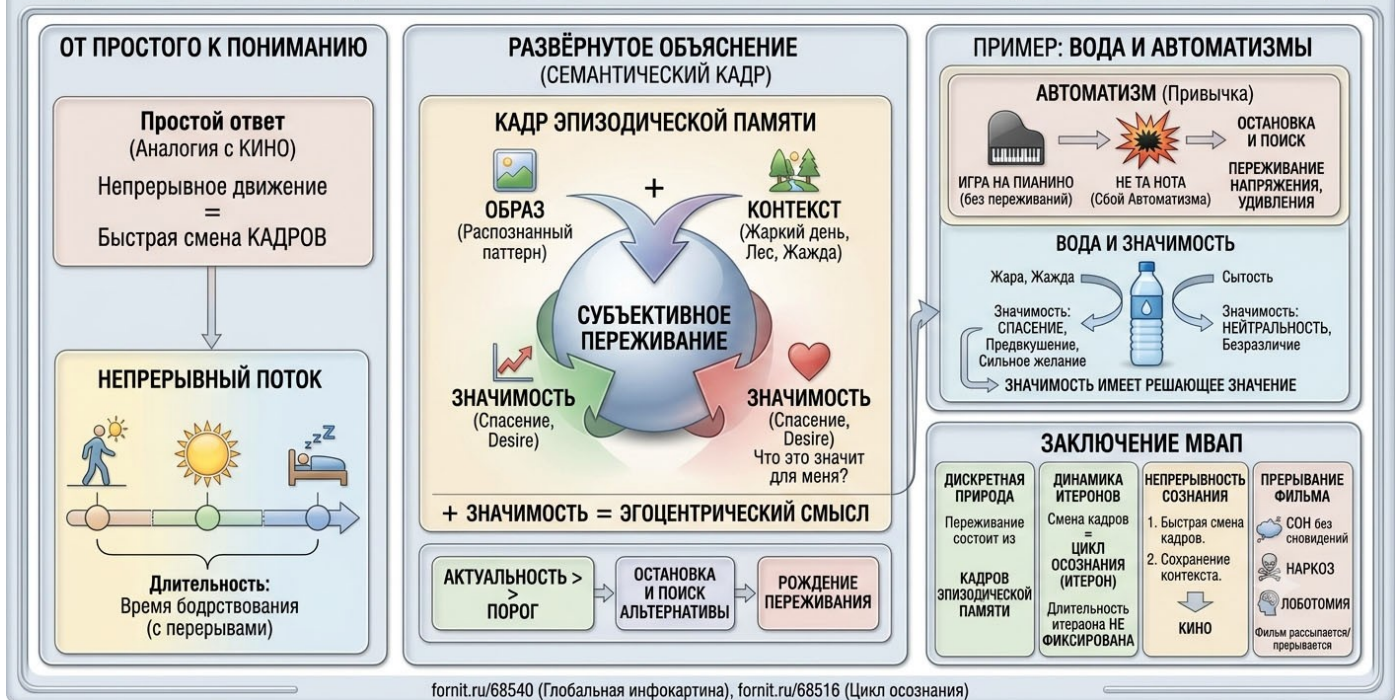
Аналогия. Представьте слайд-шоу с переменной скоростью:

- Каждый слайд — это кадр переживания.
- Когда вы читаете простой текст, слайды сменяются быстро.
- Когда вы решаете сложную задачу, один слайд может "зависнуть" на несколько секунд или минут.
- Когда вы засыпаете, слайд-шоу просто выключается.

Короткие адреса для дополнительного изучения:

- fornit.ru/68540 (Глобальная информационная картина)
- fornit.ru/68516 (Цикл осознания актуального стимула)
- fornit.ru/69385 (Диспетчер функции осознания)
- fornit.ru/69706 (Аналогия с анимацией для понимания динамики)

ДЛИТЕЛЬНОСТЬ И ДИНАМИКА СУБЪЕКТИВНОГО ПЕРЕЖИВАНИЯ (Согласно ТЕОРИИ МВАП)



5. Где в теле или сознании оно локализуется?

Субъективное переживание не локализовано в одной конкретной точке тела или мозга. Оно является функциональным свойством процесса – формой содержания процесса, доступной для самого процесса, а не физическим объектом. Однако его физический природный субстрат (нейронная реализация) находится в префронтальной коре головного мозга и связанных с ней структурах, обеспечивающих глобальную информационную картину (инфокартину). В искусственных существах субстратом является программный код, что в принципах системы ничего не меняет.

Переживание нельзя "пощупать" или найти в одном месте, как аппендикс. Оно возникает как процесс обновления информации в специальной системе мозга, которую можно сравнить с оперативной памятью компьютера или экраном монитора. Физически эта система расположена в лобных долях мозга, но само переживание — это не нейроны, а динамика их активности. В искусственных системах есть такая же динамика, но нет нейронов.

Представьте, что вы смотрите фильм на экране. Где находится фильм? Он не в проекторе, не в проводах и не в экране по отдельности. Он возникает как результат работы всей системы. Точно так же переживание — это результат работы мозга, а не его часть.

Развёрнутое объяснение:

1. Физический субстрат: префронтальная кора

Основной структурой, обеспечивающей переживание в природном мозге, является префронтальная кора (лобные доли мозга), особенно 10-е поле Бродмана. Именно здесь формируется и обновляется глобальная информационная картина (инфокартина) — оперативная память процесса осознания [11].

Анатомические структуры, участвующие в процессе:

- Префронтальная кора — хранилище инфокартины и «рабочий стол» сознания.
- Гиппокамп — обеспечивает удержание актуального стимула и формирование кадров эпизодической памяти.

- Лимбическая система — обеспечивает эмоциональную окраску и оценку значимости (гомеостатический контекст).
- Мозолистое тело — связь между двумя полушариями, каждое из которых имеет свою инфокартину и свой канал осознания.

Важно: это не «центр сознания», а распределённая сеть, активность которой в данный момент интегрируется в инфокартину.

2. Инфокартина как «место» переживания

Переживание локализуется не в нейронах, а в информационной структуре, которую они образуют. Эта структура называется глобальной информационной картиной и представляет собой:

- Набор ячеек оперативной памяти, каждая из которых хранит:
 - ID образа (уникальный идентификатор распознанного паттерна), где ID а природной реализации - это условный номер связи.
 - ID значимости (оценка по шкале от -10 до +10).

Эти ячейки находятся в префронтальной коре и обновляются на каждом шаге цикла осознания. Динамика этого обновления, сопровождающаяся состоянием понимания смысла происходящего, и есть субъективное переживание. Элементами любого переживания являются активные ячейки семантической памяти.

3. Локализация с точки зрения самого субъекта

С точки зрения самого субъекта, переживание может ощущаться локализованным в разных местах в зависимости от его содержания:

- Телесные ощущения (боль, тепло, прикосновение) — локализуются в конкретных частях тела.
- Эмоции (страх, радость) — могут ощущаться в груди, животе, как «ком в горле».
- Мысли и абстракции — вообще не имеют пространственной локализации. Где находится мысль о числе «пять»? Она не «в голове» как физический объект, она существует как активированная абстракция. Но у них есть семантический смысл — то, что они значат сейчас в данных условиях.

4. Почему переживание нельзя найти «под микроскопом»

Внешний наблюдатель, глядя на мозг через томограф, видит только материальный процесс — активацию нейронов, токи, метаболизм. Само переживание (его «внутренняя сторона») для него невидима.

Это похоже на компьютерную программу:

- Внешний наблюдатель видит электрические сигналы в транзисторах и биты на диске.
- Но сама программа (игра, текст, картинка) существует только как информационная структура, которую нельзя увидеть под микроскопом.

Переживание — это информационная форма физического процесса, видимая только изнутри самой системы (с её эгоцентрической точки отсчета).

5. Два полушария — два «места» переживания

У человека два полушария мозга, и каждое из них обладает своей собственной инфокартиной и своим каналом осознания. Они связаны через мозолистое тело и координируются только когда это необходимо.

Это означает, что в норме у человека два параллельных потока переживаний, которые синхронизируются для общей координации поведения. При патологиях (например, рассечение мозолистого тела) эти два потока могут стать независимыми.

Ключевой вывод: переживание локализовано не как физический объект в одной точке, а как функциональный процесс в префронтальной коре, формирующий глобальную информационную картину (инфокартину). Это «место» — не нейрон, а динамика обновления информационных ячеек. Для самого субъекта переживание может ощущаться в теле (боль, эмоции) или вообще не иметь пространственной привязки (мысли, абстракции). Внешний наблюдатель видит только материальные процессы, а переживание как информационную форму — только сам субъект.

Аналогия с телевизором. Представьте, что вы смотрите фильм на телевизоре:

- Где находится фильм?
 - Не в проводах (нейронах).
 - Не в экране (коре).
 - Не в процессоре (подкорковых структурах).
- Фильм существует как организованная динамика работы всей системы.
- Если вы выключите телевизор, фильм исчезнет, хотя все детали останутся на месте.
- Так и переживание — это динамика работы системы, а не её деталь.

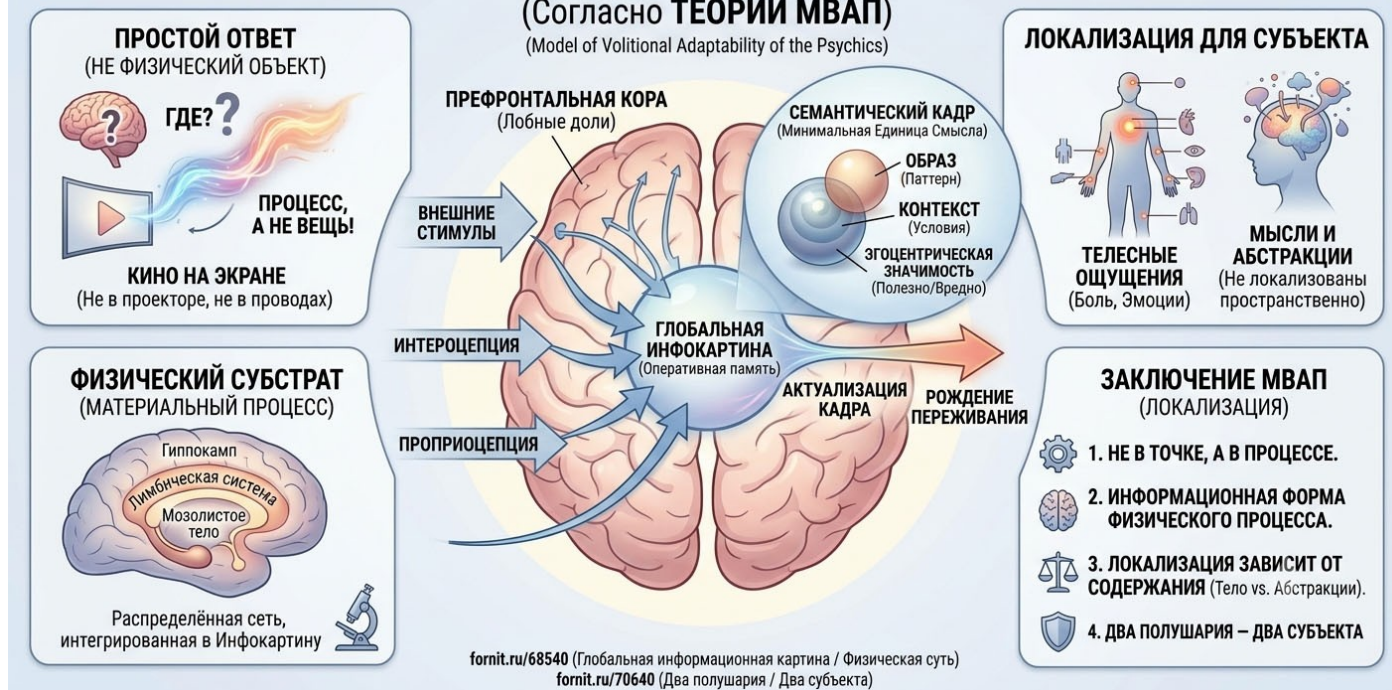
Короткие адреса для дополнительного изучения:

- fornit.ru/68540 (Глобальная информационная картина — физическая суть)
- fornit.ru/70640 (Два полушария — два субъекта)
- fornit.ru/102739 (Точка отсчета системы и внешний наблюдатель)
- fornit.ru/102682 (Абстракции и их нематериальная природа)

ЛОКАЛИЗАЦИЯ СУБЪЕКТИВНОГО ПЕРЕЖИВАНИЯ

(Согласно ТЕОРИИ МВАП)

(Model of Volitional Adaptability of the Psychics)



6. Каковы его качественные характеристики (цвет, звук, тяжесть, температура и т.п.)?

Качественные характеристики переживания (квалиа) — такие как цвет, звук, тяжесть, температура — не являются свойствами внешних объектов или физических сигналов. Они представляют собой субъективную форму, в которой система переживает значимость активированного образа в данном контексте. Это — внутренний язык отчета системы о своих состояниях, а не объективные свойства мира.

Красный цвет — это не свойство фотонов. Это способ, которым ваш мозг сообщает вам о значимости определённой длины волны в данном контексте. Красная ягода — значит одно, красное пламя — другое. Вы чувствуете красный как красный, потому что так устроена ваша система оценки значимости.

Точно так же боль — это не просто «сигнал повреждения». Это способ переживания угрозы для гомеостаза. Если вы отвлечётесь, боль может не замечаться — значит, само переживание боли зависит не от повреждения, а от его значимости для вас в данный момент.

Развёрнутое объяснение:

1. Квалиа — это не свойства объектов, а формы значимости

В природе нет «красноты» как таковой. Есть электромагнитные волны определённой длины. Краснота возникает только тогда, когда:

- Эти волны попадают на сетчатку.
- Распознаются как определённый образ.
- Этот образ связывается с эгоцентрической значимостью для субъекта в данных условиях.

Таким образом, качественная характеристика (квалиа) — это результат соединения образа с его значимостью. Без значимости нет квалиа, есть лишь безжизненный сигнал.

2. Квалиа всегда встроены в контекст и смысл

Нет «чистого» красного цвета, существующего отдельно от смысла. В разных контекстах один и тот же цвет вызывает разные переживания:

- Красный свет на светофоре → "опасно, стой".
- Красный закат → "красиво, спокойно".
- Красное пятно на коже → "тревога, болезнь".

Квалиа неразрывно связано со значимостью — оценкой того, что этот образ значит для субъекта здесь и сейчас.

3. Качественные характеристики — это «ярлыки» системы

С точки зрения теории МВАП, квалиа — это не мистические «внутренние краски», а функциональные ярлыки, которыми система маркирует определённые паттерны активации.

Когда вы видите красный цвет, система говорит вам не «длина волны 620–750 нм», а «ЭТО ВАЖНО!» в форме переживания «красный». Это позволяет системе быстро реагировать на значимые стимулы без необходимости анализировать физические параметры.

4. Квалиа зависят от состояния системы

Один и тот же стимул может вызывать разные квалиа в зависимости от состояния системы:

- Вода: когда вы хотите пить → "вкусная, спасительная". Когда вы перепили → "безвкусная, нейтральная".
- Боль: при сильной концентрации на задаче боль может не переживаться. При фиксации внимания на ней — переживается остро.

Это доказывает, что квалиа — не свойство стимула, а результат взаимодействия стимула с текущим состоянием системы.

5. Абстрактные квалиа: мысли и смыслы

Не только сенсорные сигналы имеют качественные характеристики. Абстрактные мысли тоже переживаются как "ясные", "туманные", "гениальные", "глупые". Это тоже квалиа — субъективные оценки значимости ментальных образов.

- Понимание переживается как очевидная "ясность".
- Непонимание — как "туман", "замешательство", "напряжение".

Эти переживания столь же реальны, как и красный цвет или боль.

Связь с семантической памятью:

Качественная характеристика (квалиа) возникает при активации семантического кадра — элементарной единицы памяти, связывающей:

- Образ (распознанный паттерн).
- Контекст (условия, в которых он появился).
- Значимость (эгоцентрическую оценку) [13].

Квалиа — это переживание этого семантического кадра «изнутри». Без активации семантической памяти нет переживания качества.

Пример с кубом:

Вы видите куб:

- Образ — форма куба.
- Контекст — вечер, закатный свет.
- Значимость — "красивый, гармоничный".
- Квалиа — "чудесный закатный свет красит грани куба, придавая им эстетический восторг".

Если изменить контекст (например, наступила ночь, свет потускнел):

- Образ — тот же куб.
- Контекст — темнота, одиночество.
- Значимость — "всё меркнет, теряет смысл".
- Квалиа — тоска, ощущение тлена.

Один и тот же объект, разные квалиа — потому что изменилась значимость в новом контексте.

Ключевой вывод: качественные характеристики переживания (цвет, звук, тяжесть, температура) — это не объективные свойства мира, а субъективная форма, в которой система переживает значимость образа в данном контексте. Они всегда встроены в смысл, зависят от состояния системы и не существуют отдельно от процесса осмысления.

Аналогия. Представьте, что ваш мозг — это переводчик:

- Вход — физические сигналы (длина волны, давление, температура).
- Выход — переживание (красный цвет, тяжесть, холод).

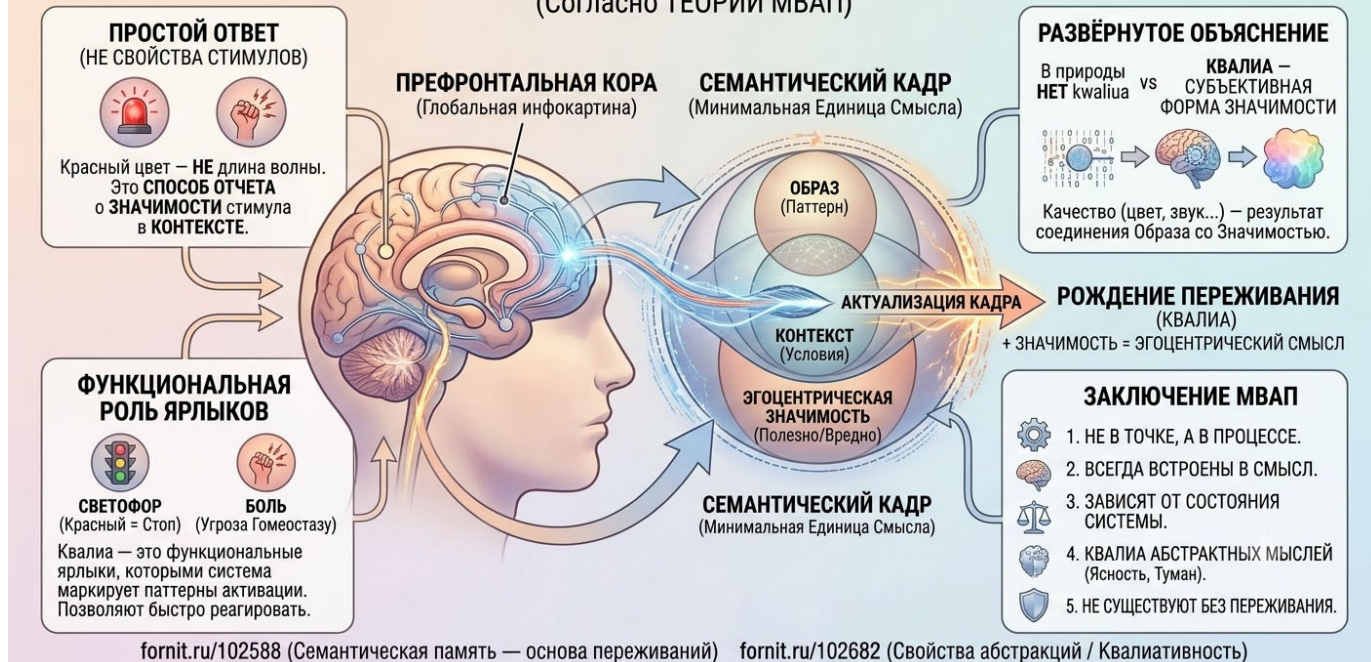
Переводчик не говорит вам правду о физике. Он говорит вам то, что важно для вашего выживания в понятной вам форме. Квалиа — это не фотоны и не молекулы. Это язык, на котором мозг говорит с вами о значимости происходящего.

Короткие адреса для дополнительного изучения:

- fornit.ru/102588 (Семантическая память — основа субъективных переживаний)
- fornit.ru/102682 (Свойства абстракций, включая квалиативность)
- fornit.ru/70759 (Суть ощущения и переживания)

КАЧЕСТВЕННЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПЕРЕЖИВАНИЯ (КВАЛИА)

(Согласно ТЕОРИИ МВАП)



7. Какова его интенсивность и сила?

Интенсивность и сила субъективного переживания определяется величиной эгоцентрической значимости и новизной актуального образа в данный момент (их произведением). Это — количественная мера того, насколько данный образ важен для поддержания гомеостаза (жизненно важных параметров системы) в текущих условиях [14].

Простыми словами: сила переживания — это степень его «актуальности для меня прямо сейчас».

Представьте, что у вас есть внутренняя шкала от -10 до +10, где:

- -10 — катастрофа, смертельная угроза (невыносимая боль, удушье).
- 0 — нейтральное состояние (ни хорошо, ни плохо, просто фон).
- +10 — пик наслаждения, полное удовлетворение (эйфория, оргазм).

Актуальность зависит от того, насколько привычна эта значимость. Пусть она экстремальна, но если она полностью привычна, то не требует осмысления, потому что уже ранее осмысливалась и есть привычные реакции. Актуальность — это значимость и новизна вместе.

Сила переживания — это значение актуальности переживаемого образа.

Развёрнутое объяснение:

1. Интенсивность = Величина значимости X величину новизны

В основе любого переживания лежит эгоцентрическая значимость и его новизна. Это оценка того, насколько данный стимул или образ:

- Полезен (позитивная значимость, от 0 до +10).
- Вреден (негативная значимость, от -10 до 0).
- Насколько его новизна по опыту предвещает проблемы.

Интенсивность переживания прямо пропорциональна абсолютной величине актуальности. Чем сильнее отклонение от нормы (гомеостаза), тем интенсивнее переживание, если у него есть какая-то новизна. При нулевой новизне нет никакой актуальности.

2. Шкала значимости: свойства

Шкала значимости имеет особые свойства, которые определяют динамику интенсивности:

А) Нелинейность («тупые края, острая середина»)

Шкала работает нелинейно:

- Близко к нулю — максимальная чувствительность. Даже небольшое отклонение (например, лёгкая тревога или лёгкое удовольствие) ощущается отчётливо.
- Близко к ± 10 — насыщение. Разница между +9 и +10 почти не ощущается. Мозг не различает «запредельные» интенсивности, потому что нейроны имеют физиологический предел частоты разрядов.

Б) Асимптотическое приближение к краям

Интенсивность переживания растёт быстро в середине шкалы и замедляется у краёв. Это связано с тем, что нейроны не могут бесконечно увеличивать частоту импульсов — есть физиологический потолок.

3. Примеры изменения интенсивности

Пример 1: Голод

- Сытость → значимость около 0 → переживание слабое или отсутствует.
- Лёгкий голод → значимость +2 → лёгкое переживание, желание поесть. Если привычно есть рядом еда, просто возникает нужная реакция, без переживаний. Если на ещё видны привлекающие внимание особенности, начинается осмысление.
- Сильный голод → значимость +7 → сильное переживание, навязчивая мысль о еде.
- Голод на грани обморока → значимость +9 → предельно сильное переживание, всё остальное неважно.

Пример 2: Боль

- Лёгкий укол → значимость -2 → слабое переживание, почти не замечаете.
- Сильная зубная боль → значимость -7 → интенсивное переживание, мешает думать.
- Боль при ожоге → значимость -9 → запредельно сильное переживание, затмевает всё.

Пример 3: Отвлечение внимания

Если вы сосредоточены на интересной задаче, значимость боли может временно снизиться (например, с -7 до -3), и интенсивность переживания боли ослабнет. Это работает, потому что актуальность стимула определяется не только его собственной значимостью, но и конкуренцией с другими стимулами.

5. Интенсивность и конкуренция стимулов

Интенсивность переживания зависит не только от абсолютной значимости, но и от относительной актуальности. Формула актуальности:

Актуальность = Значимость × Новизна

Если два стимула имеют высокую значимость, но один более новый, он будет более актуальным и вызовет более интенсивное переживание. Например:

- Постоянная зубная боль (значимость -7, новизна 0) → может стать фоновой, интенсивность снижается.
- Внезапный резкий звук (значимость -5, новизна высокая) → переживание может быть интенсивнее боли, потому что новизна повышает актуальность.

6. Физиологическая основа интенсивности

В мозге нет единого «нейрона значимости», показывающего число от -10 до +10. Интенсивность реализуется через:

- Баланс активности между аппетитными и аверсивными системами.
- Интеграцию сигналов от разных структур (гипоталамус, миндалина, прилежащее ядро, префронтальная кора) в едином центре оценки значимости (например, в орбитофронтальной коре).

Субъективно мы переживаем этот интегральный баланс как общий тон переживания: «это приятно», «это страшно», «это важно», «это ничто».

7. Интенсивность в разных режимах мышления

Интенсивность переживания зависит от режима осмысления:

- Целевой режим (поиск решения) → интенсивность высокая, особенно при приближении к цели или при угрозе неудачи.
- Пассивный режим (фантазирование, мечтательность) → интенсивность может быть ниже, но может резко возрасти при инсайте.
- Автоматический режим (привычные действия) → интенсивность близка к нулю, переживания почти нет.

Ключевой вывод: интенсивность и сила переживания — это мера величины эгоцентрической значимости актуального образа при сопровождающей его новизне. Значимость реализуется через баланс аппетитных и аверсивных нейромедиаторных систем, имеет нелинейную шкалу (максимальная чувствительность у нуля, насыщение у краёв) и зависит от конкуренции стимулов за канал осознанного внимания. Чем важнее стимул для гомеостаза и чем он новее, тем интенсивнее переживание.

Аналогия. Представьте, что вы держите руку на рычаге громкости:

- 0 — тишина (нет переживания, автоматизм).
- +2 — тихая музыка (лёгкое удовольствие или лёгкая тревога).
- +7 — громкая музыка (сильное переживание, захватывает внимание).
- +9 — оглушительный рок-концерт (запредельная интенсивность, всё остальное не существует).

Но этот рычаг — не просто громкость. Он показывает, насколько важен для вас текущий сигнал прямо сейчас. Если вы устанете от музыки, вы убавите громкость, даже если физический сигнал остался тем же.

Короткие адреса для дополнительного изучения:

- fornit.ru/66643 (Значимость — общая валюта психики)
- fornit.ru/70018 (Эгоцентрическая значимость)
- fornit.ru/102716 (Значимость и эмоции)

- fornit.ru/70759 (Суть ощущения и переживания)



8. Сопровождается ли оно образами, мыслями или телесными ощущениями?

Да, субъективное переживание всегда сопровождается образами, мыслями и/или телесными ощущениями, потому что они являются неотъемлемыми компонентами семантического кадра — элементарной единицы переживания. Переживание никогда не бывает «чистым» или изолированным. Оно всегда включает в себя актуальный образ, его контекстуальные связи и телесную/эмоциональную значимость.

Когда вы переживаете что-то, вы всегда переживаете это как нечто конкретное:

- Образы — вы что-то видите, слышите, представляете (даже если это абстрактная мысль, она имеет некоторую «форму» в сознании).
- Мысли — вы что-то думаете об этом, оцениваете, вспоминаете.
- Телесные ощущения — вы чувствуете это в теле: напряжение, расслабление, сердцебиение, ком в горле.

Не бывает переживания без хотя бы одного из этих компонентов.

Развёрнутое объяснение:

1. Переживание как семантический кадр

Согласно МВАП, любое переживание — это активация семантического кадра. Кадр — это структура, объединяющая три компонента:

1. Образ (распознанный паттерн — зрительный, слуховой, тактильный или абстрактный).
2. Контекст (условия, в которых этот образ активировался).
3. Значимость (эгоцентрическая оценка — полезно/вредно, хорошо/плохо).

Образы, мысли и телесные ощущения — это разные грани этого кадра, а не что-то отдельное от переживания.

2. Образы

Образы — это распознанные паттерны — результат работы иерархии распознавания в неокортексе. Они могут быть:

- Сенсорными — зрительные (лицо, пейзаж), слуховые (голос, мелодия), тактильные (тепло, давление), обонятельные и т.д.
- Ментальными — мысленные образы, возникающие при воспоминании или воображении.
- Абстрактными — например, образ «справедливости» или «числа пять». Они не имеют конкретной сенсорной формы, но являются устойчивыми распознаваемыми паттернами.

Важно: Образы не являются «картинками в голове». Это активированные структуры, которые для системы выглядят как распознанные инварианты.

3. Мысли

Мысли в МВАП — это последовательность шагов осмысления. Каждый шаг цикла осознания порождает новую информацию, которая обновляет инфокартину. Эта последовательность обновлений и есть то, что мы субъективно переживаем как мышление.

Мысли могут быть:

- Целевыми — поиск решения: «как мне поступить?», «что это значит?».
- Пассивными — свободное фантазирование, перекомбинирование абстракций по векторам их значимости, без конкретной цели.

Мысли всегда сопровождаются переживанием их значимости — мы переживаем «ясную» или «туманную» мысль, «интересную» или «скучную», «правильную» или «ошибочную».

4. Телесные ощущения

Телесные ощущения в МВАП — это образы состояния организма. Они возникают из:

- Интероцепции — сигналов от внутренних органов (голод, жажда, боль, напряжение).
- Проприоцепции — сигналов от мышц и суставов (положение тела, движение).
- Эмоционального фона — который является субъективной формой гомеостатической регуляции.

Эмоции — это особый вид телесного переживания. Они возникают как отражение базовых стилей поведения (пищевой, оборонительный, половой и т.д.) и их значимости для гомеостаза.

Примеры телесных переживаний:

- Страх — сердцебиение, напряжение мышц, холод в животе.
- Радость — расслабление, тепло в груди, легкость.
- Голод — ощущение пустоты в животе, сосание под ложечкой.

5. Взаимосвязь компонентов: они не делимы

В переживании образы, мысли и телесные ощущения не существуют отдельно. Они образуют единый ансамбль:

Пример с ягодой:

- Образ: красная круглая ягода (зрительный образ).

- Мысль: «Похожа на малину, но я не уверен» (оценка, сравнение с памятью).
- Телесное ощущение: желание попробовать (слюноотделение) + настороженность (напряжение в животе).
- Переживание: смесь любопытства и осторожности.

Пример с болью:

- Образ: локализация боли (где именно болит).
- Мысль: «Это может быть опасно, нужно прекратить действие».
- Телесное ощущение: острая боль, напряжение мышц вокруг.
- Переживание: страх, желание избежать.

6. Почему переживание всегда «о чём-то»

Переживание никогда не бывает «просто переживанием». Оно всегда интенционально — направлено на что-то. Эта направленность обеспечивается тем, что переживание всегда включает образ (актуальный или ментальный).

Если убрать образ, останется лишь эмоциональный фон без содержания — но такой «чистой эмоции» не бывает в норме. Эмоция всегда привязана к чему-то: «я боюсь этого», «я радуюсь этому».

7. Абстрактные переживания

Даже самые абстрактные переживания (понимание, озарение, чувство смысла) имеют свои компоненты:

- Образ — распознанный паттерн (например, идея, мысль, категория).
- Мысль — последовательность шагов осмысления, приведшая к пониманию.
- Телесное ощущение — может быть очень слабым, но всегда есть: «озарение» часто сопровождается расслаблением, облегчением, «ясностью».

Даже мысль о числе «пять» имеет своё переживание — ощущение ясности, уверенности, лёгкости оперирования этим понятием.

Ключевой вывод: субъективное переживание никогда не бывает «чистым» или изолированным. Оно всегда включает образ (сенсорный, ментальный или абстрактный), мыслительную оценку (последовательность шагов осмысления) и телесный/эмоциональный фон (оценку значимости для гомеостаза). Эти три компонента неразделимы и образуют единый семантический кадр, который и есть переживание.

Аналогия. Представьте, что вы смотрите фильм:

- Образы — это то, что вы видите на экране (актёры, пейзажи, цвета).
- Мысли — это сюжет, который вы понимаете и интерпретируете.
- Телесные ощущения — это музыка, звуковые эффекты, эмоциональный саундтрек, который заставляет ваше сердце биться быстрее или замедляться.

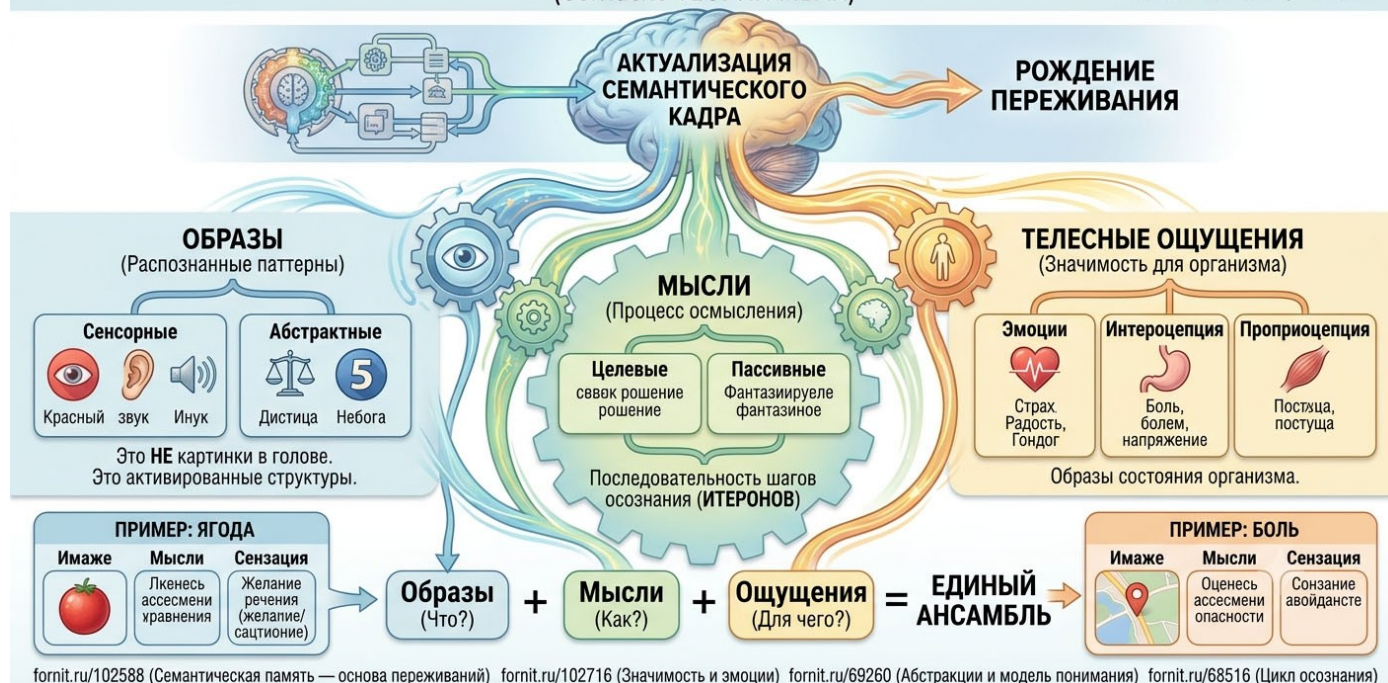
Уберите музыку — фильм станет сухим и безжизненным. Уберите сюжет — останутся только красивые картинки, но не будет смысла. Уберите картинки — останется только шум. Только все три компонента вместе создают полноценное переживание.

Короткие адреса для дополнительного изучения:

- fornit.ru/102588 (Семантическая память — основа субъективных переживаний)
- fornit.ru/102716 (Значимость и эмоции — гомеостатический фон)
- fornit.ru/69260 (Абстракции и модель понимания)
- fornit.ru/68516 (Цикл осознания и мысли как последовательность шагов)

СОПРОВОЖДАЕТСЯ ЛИ ОНО ОБРАЗАМИ, МЫСЛЯМИ ИЛИ ТЕЛЕСНЫМИ ОЩУЩЕНИЯМИ? (Согласно ТЕОРИИ МВАП)

Аналитическая визуализация



9. Предшествовали ли ему какие-либо события или состояния?

Да, любому субъективному переживанию всегда предшествуют определенные события или состояния. В рамках МВАП это не просто хронологическая последовательность, а необходимая причинно-следственная цепочка, которая запускает механизм осознания. Без этих предшествующих условий переживание просто не возникнет.

Переживание не возникает на пустом месте. Ему всегда предшествуют:

1. Нарушение привычного хода событий (появление новизны).
2. Оценка этой новизны как значимой (важной для выживания или благополучия).
3. Запуск ориентировочного рефлекса, который привлекает внимание к этому нарушению.
4. Активация системы осознания для поиска альтернативного решения.

Если ничего из этого не произошло — вы на автопилоте и ничего не переживаете.

Развёрнутое объяснение:

1. Базовое условие: автоматизм не сработал

Самый первый и главный предшественник переживания — это остановка или сбой автоматизма.

В норме мозг работает на автопилоте — автоматических рефлексах и привычках. Если ситуация полностью привычна и на неё есть надёжный автоматизм, вы действуете без осознания и без переживаний. Вы не переживаете процесс ходьбы, дыхания, еды знакомой пищи.

Переживание включается только тогда, когда привычный автоматизм оказывается недостаточным, сомнительным или невозможным.

2. Появление значимой новизны

Предшествующее событие — это появление стимула, который обладает одновременно двумя свойствами:

- Новизна — стимул не соответствует ожиданиям или опыту.
- Значимость — стимул важен для гомеостаза (полезен или вреден).

Формула запуска: Актуальность = Значимость × Новизна

Если это произведение для стимула превышает все другие актуальности, запускается ориентировочный рефлекс.

3. Ориентировочный рефлекс как непосредственный предшественник

Ориентировочный рефлекс — это автоматическая реакция организма на новизну, которая проявляется как:

- Прекращение привычной активности для данного пускового стимула.
- Удержание активности образа для его осмысления
- Привлечение канала осознанного внимания к стимулу.

Именно ориентировочный рефлекс является непосредственным предшественником субъективного переживания. Без него переживание не возникает.

4. Контекст как необходимый фон

Переживанию всегда предшествует актуальный контекст — текущее состояние системы:

- Гомеостатическое состояние — голоден ли я? сыт? в опасности?
- Текущая цель — что я делал до этого? что я пытался достичь?
- Эмоциональный фон — какой стиль поведения (пищевой, поисковый, половой, оборонительный и т.п.) был при появлении стимула?
- Наличие других стимулов — что ещё конкурирует за внимание в данный момент?

Один и тот же стимул в разных контекстах вызовет разные переживания или не вызовет их вовсе.

5. Предшествующие состояния могут быть внутренними

Предшествующие события не обязательно внешние. Переживание может быть вызвано внутренними ментальными образами:

- Воспоминание — активированный кадр эпизодической памяти.
- Фантазия — произвольное комбинирование абстракций в пассивном режиме.
- Гештальт — нерешённая проблема, которая сохраняется как доминанта и периодически прорывается в сознание.

6. Примеры

Пример 1: Переживание страха перед незнакомым звуком

- Предшествующее состояние 1: вы идёте по тёмной улице (контекст: опасность, настороженность).

- Предшествующее событие 2: внезапный громкий треск (новизна + потенциальная значимость).
- Ориентировочный рефлекс: вы замираете, прислушиваетесь.
- Переживание: страх, напряжение.

Пример 2: Переживание радости от неожиданной встречи

- Предшествующее состояние 1: вы идёте скучать на работу (контекст: нейтральное состояние).
- Предшествующее событие 2: вы видите старого друга, которого не видели много лет (новизна + высокая позитивная значимость).
- Ориентировочный рефлекс: вы останавливаетесь, распознаёте лицо.
- Переживание: радость, удивление, тепло.

Пример 3: Отсутствие переживания (автопилот)

- Предшествующее состояние 1: вы идёте по знакомой улице (контекст: привычный, безопасный).
- Предшествующее событие 2: вы видите знакомый дом (новизна = 0, значимость = нейтральна).
- Ориентировочный рефлекс: не запускается.
- Переживание: отсутствует (вы просто идёте, не замечая дома).

Предшествующие события как часть процесса осознания:

В МВАП процесс осознания — это итеративный цикл. Каждый новый шаг цикла начинается с обновления инфокартины новой информацией, которая становится предшествующим состоянием для следующего шага.

Таким образом, переживание — это цепочка предшествующих состояний, где каждое предыдущее состояние создаёт контекст для последующего.

Аналогия. Представьте, что вы читаете книгу:

- Предшествующее состояние: вы дочитали предыдущую главу (сюжет, герои, интрига).
- Событие: вы открываете следующую главу и видите неожиданный поворот сюжета.
- Переживание: удивление, интерес, волнение.

Если бы вы не читали предыдущую главу (нет контекста), этот поворот не вызвал бы у вас никаких эмоций. Точно так же и в сознании: переживание всегда опирается на предшествующий контекст.

Ключевой вывод: любому субъективному переживанию предшествует:

1. Базовое состояние системы (гомеостаз, текущая цель, эмоциональный фон).
2. Появление значимой новизны (стимул, который нарушает ожидания и важен для выживания).
3. Ориентировочный рефлекс (автоматическая реакция, привлекающая внимание).
4. Активация системы осознания (начало итеративного поиска решения).

Без этих предшествующих событий переживание не возникает, и система продолжает работать на автопилоте.

Короткие адреса для дополнительного изучения:

- fornit.ru/70759 (Ориентировочный рефлекс и ощущение)
- fornit.ru/68516 (Цикл осознания актуального стимула)
- fornit.ru/70018 (Эгоцентрическая значимость как основа)
- fornit.ru/102716 (Эмоции как гомеостатический контекст)



10. Связано ли оно с действием, воспоминанием или ожиданием?

Да, любое субъективное переживание всегда связано либо с действием (реальным или планируемым), либо с воспоминанием, либо с ожиданием. В рамках МВАП эти три категории представляют собой разные типы информационных запросов, которые система делает к себе в процессе осмысления актуального стимула. Переживание — это всегда переживание смысла, а смысл в МВАП всегда определяется через значимость для действия, опыта или прогноза.

Когда вы что-то переживаете, вы всегда переживаете это в связи с чем-то:

- Действие — «что мне с этим делать?» (целевой режим, поиск решения).
- Воспоминание — «было ли это раньше и чем кончилось?» (извлечение опыта).
- Ожидание — «что будет, если я сделаю так или иначе?» (прогнозирование последствий).

Переживание — это оценка значимости образа для одного из этих трёх процессов.

Развёрнутое объяснение:

1. Переживание как часть процесса осмысления

В МВАП переживание — это не пассивное «созерцание», а активная составляющая процесса осмысления. Осмысление всегда направлено на поиск ответа на вопрос: «Что делать?» или «Как понимать?».

Поэтому переживание всегда встроено в контекст:

- Что это значит для моего поведения? (действие).
- Что это значило в прошлом? (воспоминание).
- Что это будет значить в будущем? (ожидание).

2. Связь с действием

А) Реальное действие

Переживание может возникать в момент совершения действия, особенно если действие требует осознанного контроля:

- Вы идёте по скользкой дороге и переживаете напряжение, потому что каждое движение требует оценки.
- Вы играете на музыкальном инструменте и переживаете удовольствие от правильно взятой ноты.

Б) Планируемое действие (целевой режим)

Основная функция сознания — поиск альтернативы привычному действию. Когда привычный автоматизм не срабатывает, система начинает осмысление, чтобы найти новое действие. Переживание сопровождает этот поиск:

- Неопределённость — «я не знаю, что делать» (переживание тревоги).
- Нахождение варианта — «а что, если попробовать так?» (переживание интереса).
- Принятие решения — «да, это подходит» (переживание уверенности).

В) Связь с моторными автоматизмами

Даже когда действие доведено до автоматизма, переживание может возникнуть при его нарушении:

- Вы идёте по лестнице (автоматизм) → спотыкаетесь → возникает переживание страха и остановки.
- Вы играете знакомую мелодию (автоматизм) → сбиваетесь → возникает переживание досады и попытка исправить.

3. Связь с воспоминанием

Переживание всегда связано с извлечением опыта из памяти, потому что система оценивает текущий стимул через призму прошлого.

А) Семантическая память (обобщённый опыт определения смысла)

При встрече со стимулом система мгновенно активирует семантический кадр — обобщённое знание о том, что этот образ значит в данных условиях. Это активация сопровождается переживанием:

- Красный цвет → семантическая память говорит: «опасно, огонь, стоп» → переживание настороженности.
- Знакомое лицо → семантическая память говорит: «друг, безопасно» → переживание тепла.

Б) Эпизодическая память (конкретные случаи опыта последствий действий)

Если семантической памяти недостаточно, система обращается к эпизодической памяти — конкретным кадрам прошлого опыта последствий действий [15]. Последствие — это значимость того, чем закончилось такое действие. Это сопровождается более ярким переживанием:

- Воспоминание: «В прошлый раз, когда я пробовал этот гриб, мне стало плохо» → переживание отвращения и страха.
- Воспоминание: «Я уже видел этот фильм, он мне понравился» → переживание удовольствия и предвкушения.

В) Воспоминание как актуальный стимул

Само воспоминание может стать актуальным стимулом для нового переживания. Когда мы вспоминаем что-то, мы активируем кадр эпизодической памяти, и он обновляет инфокартину, вызывая переживание:

- Вы вспомнили обиду → переживание горечи.
- Вы вспомнили радостное событие → переживание тепла.

4. Связь с ожиданием

Ожидание — это прогнозирование последствий. Это ключевая функция сознания, потому что она позволяет системе выбирать альтернативы, не совершая рискованных действий в реальности.

А) Прогнозирование результата

Когда система рассматривает альтернативное действие, она моделирует его последствия. Это моделирование сопровождается переживанием:

- Ожидание награды → переживание предвкушения (дофаминовая система).
- Ожидание угрозы → переживание тревоги (серотониновая/норадренергическая система).

Б) Ожидание и новизна

Ожидание особенно интенсивно, когда новизна высока, и система не может точно предсказать последствия:

- Неопределённость → переживание тревоги или возбуждения.
- Приближение к развязке → нарастающее напряжение.

В) Ожидание как источник мотивации

Ожидание позитивного исхода создаёт мотивационное напряжение, которое система стремится разрешить действием:

- Вы ждёте результатов экзамена → переживание тревоги.
- Вы предвкушаете встречу с любимым человеком → переживание радости.

5. Взаимосвязь всех трёх категорий: действие-воспоминание-ожидание

В процессе осмысления эти три компонента всегда работают вместе:

1. Стимул активирует воспоминание смысла, а позже - последствий.
2. На основе воспоминания система строит ожидание (прогноз последствий).
3. На основе прогноза система выбирает действие (или отказывается от него).

4. Всё это сопровождается непрерывным потоком переживаний — оценкой значимости каждого шага.

Пример с незнакомой ягодой:

- Воспоминание: «Красные ягоды бывают съедобными, но некоторые ядовиты» (семантическая память). «В прошлый раз похожая ягода вызвала тошноту» (эпизодическая память).
- Ожидание: «Если я съем эту ягоду, мне может стать плохо» (прогноз негативных последствий). «Если я её не съем, я останусь голодным» (прогноз альтернативы).
- Действие: «Я лучше не буду её есть» или «Я попробую маленький кусочек и подожду последствий».
- Переживание: настороженность, сомнение, принятие решения, облегчение или разочарование.

Ключевой вывод: субъективное переживание всегда связано с действием, воспоминанием или ожиданием, потому что оно является формой осмысления значимости стимула для адаптивного поведения. Переживание — это не пассивный «отпечаток» реальности, а активный процесс оценки прошлого опыта, прогнозирования будущего и выбора настоящего действия.

Аналогия. Представьте, что вы — капитан корабля:

- Воспоминание — карта и лоция (опыт прошлых плаваний).
- Ожидание — прогноз погоды и расчёт курса (предсказание будущего).
- Действие — поворот штурвала (реальное движение).
- Переживание — это чувство ветра, волнения, тревоги или уверенности, которое сопровождает вас на каждом этапе: когда вы смотрите на карту, когда смотрите вперёд, когда крутите штурвал.

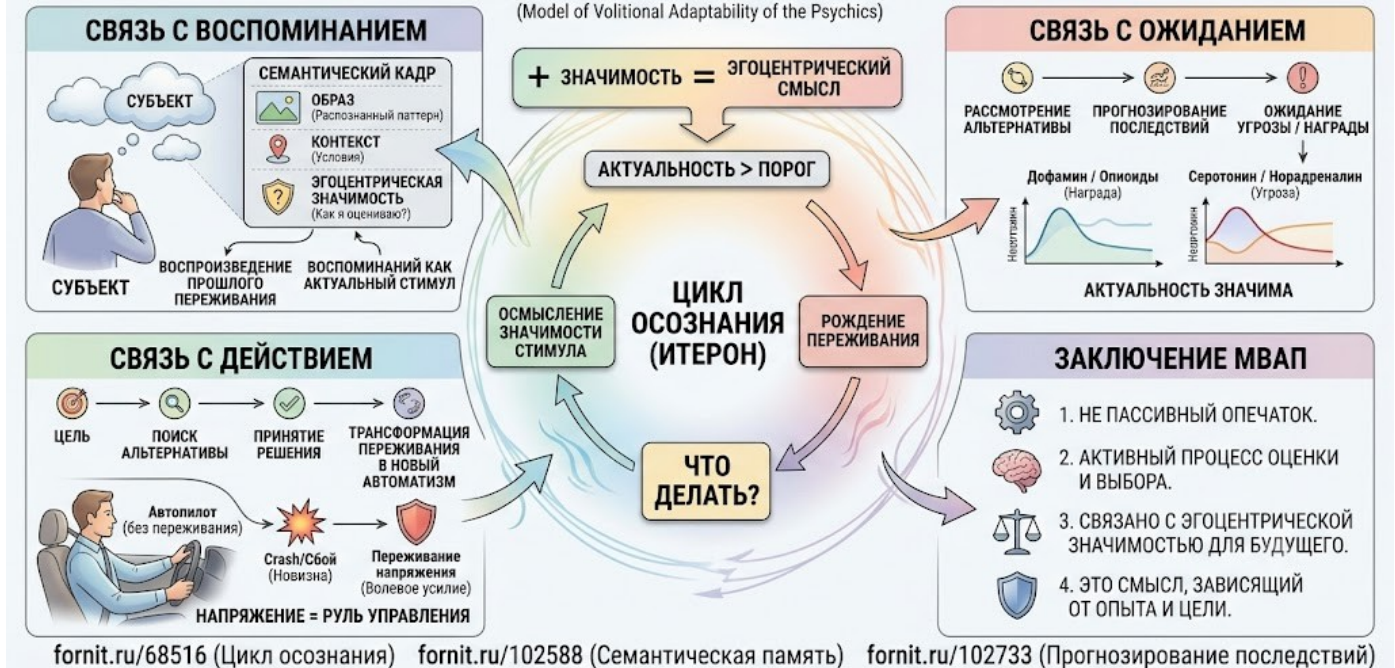
Короткие адреса для дополнительного изучения:

- fornit.ru/68516 (Цикл осознания и поиск действия)
- fornit.ru/102588 (Семантическая память как воспоминание о значимости)
- fornit.ru/67560 (Эпизодическая память и кадры прошлого опыта)
- fornit.ru/102733 (Целевой режим и прогнозирование последствий)

СВЯЗАНО ЛИ ПЕРЕЖИВАНИЕ С ДЕЙСТВИЕМ, ВОСПОМИНАНИЕМ ИЛИ ОЖИДАНИЕМ?

(Согласно ТЕОРИИ МВАП)

(Model of Volitional Adaptability of the Psychics)



11. Какова его функциональная роль: это целевой поиск решения или пассивное фантазирование?

Функциональная роль субъективного переживания заключается в обеспечении адаптивного поведения в условиях значимой новизны, когда привычные автоматизмы недостаточны. Конкретная роль переживания определяется режимом осмысления, в котором находится система в данный момент. Существует два основных режима: целевой (поиск альтернативного решения для достижения цели) и пассивный (свободное фантазирование, перекомбинирование абстракций без явной цели, но по векторам их значимости, т.е. связи высокозначимых абстракций). Оба режима сопровождаются переживаниями, но их функциональная роль и характер переживаний различны.

Представьте, что вы — капитан корабля:

- Целевой режим — это когда вы ведёте корабль в порт. У вас есть цель (порт), есть карта, вы оцениваете ветер и течение, принимаете решения. Переживания: напряжение, тревога, радость от приближения к цели.
- Пассивный режим — это когда вы стоите на палубе и смотрите на облака. Нет цели, нет маршрута, вы просто позволяете образам и мыслям свободно течь. Переживания: лёгкость, удивление, мечтательность.

Оба режима — это работа одного и того же процесса осознания, но с разной функциональной ролью, разными механизмами и разными переживаниями.

Развёрнутое объяснение:

1. Целевой режим: поиск альтернативы привычному

Функциональная роль: найти новое действие (решение) в условиях, где привычный автоматизм не работает или сомнителен.

Когда включается:

- Появляется стимул с высокой значимостью и новизной.
- Привычная реакция не подходит (или её нет).

- Система должна найти альтернативу, чтобы достичь гомеостатической цели (норма индивидуального или социального).

Как работает:

1. Система формирует цель — образ желаемого результата (контекст в виде инфокартины).
2. Запускается итеративный цикл осмысления: каждый шаг, в зависимости от контекста инфокартины, извлекает информацию из памяти (семантической или эпизодической) и результат обновляет инфокартину.
3. Переживание сопровождает каждый шаг как оценка его значимости для достижения цели.
4. Когда решение найдено, формируется новый автоматизм, и необходимость в осмыслении исчезает - теперь можно действовать без раздумий.

Характер переживаний в целевом режиме:

- Напряжение, мотивационное усилие (волевое усилие).
- Сомнение, неуверенность, тревога (если решение не находится).
- Удовлетворение, облегчение, радость (когда решение найдено).
- Инсайт — озарение, когда фоновый процесс находит решение и оно «всплывает» в сознание.

Пример. Вы потеряли ключи:

- Цель: найти ключи.
- Осмысление: «Где я их мог оставить?», «Когда я их видел в последний раз?» (итеративный поиск).
- Переживания: напряжение, досада, радость, когда ключи найдены.

2. Пассивный режим: свободное фантазирование

Функциональная роль: перекомбинирование абстракций с появлением новых связей между ними, генерация новых смыслов, подготовка к будущим целевым задачам, обработка нерешённых проблем (гештальтов) в фоновом режиме.

Когда включается:

- Нет актуального внешнего стимула, требующего целевого действия.
- Система имеет «свободное время» — нет необходимости в целевом осмыслении.
- Система находится в состоянии покоя или расслабления (мечтательность, сновидения).

Как работает:

1. Нет явной цели. Инфокартина обновляется не для достижения конкретного результата, а для свободного комбинирования образов.
2. Система активизирует различные абстракции, связывает их новыми способами, пробует новые комбинации.
3. Переживание сопровождает процесс как оценка новизны и интереса возникающих комбинаций. А так как процесс идет по высокозначимым образам, то их новые сочетания — это новые высокозначимые идеи.

4. В этом режиме могут «созревать» решения для старых проблем (гештальтов) — инсайты возникают, когда результат фонового процесса становится актуальным и захватывает внимание.

Характер переживаний в пассивном режиме:

- Лёгкость, свобода, течение мыслей.
- Удивление, интерес к новым комбинациям.
- Инсайт — внезапное озарение, когда новая идея «всплывает» и становится значимой.
- Сновидения — особый вид пассивного режима в главном канале осмысления (переживаемом), но без проявления волевых усилий, где переживания могут быть яркими и странными.

Пример. Вы идёте под душем, ни о чём конкретно не думая:

- Нет цели, мысли свободно текут.
- Вдруг приходит идея, как решить проблему, которая мучила вас неделю (инсайт).
- Переживание: удивление, радость, ясность.

3. Взаимосвязь режимов: как они дополняют друг друга

Целевой и пассивный режимы не изолированы, хотя взаимно антагонистичны. Они взаимодействуют и дополняют друг друга:

А) Гештальт как мост между режимами

Когда целевой режим не находит решения, проблема сохраняется как гештальт — доминанта, которая продолжает фоновую обработку [16]. Даже когда вы переключились на другие дела, ваша система продолжает «думать» о проблеме на бессознательном уровне. Когда решение найдено (часто в пассивном режиме), оно захватывает внимание и становится новым главным (осознаваемым) циклом — это и есть инсайт.

Б) Пассивный режим как источник новых целей

В пассивном режиме могут возникать новые комбинации абстракций, которые становятся новыми целями для целевого режима. Например:

- Вы видите интересную картинку (пассивное внимание) → возникает желание нарисовать нечто подобное → формулируется цель → включается целевой режим.

В) Чередование для отдыха и эффективности

Чередование режимов позволяет системе:

- Отдыхать от волевых усилий (пассивный режим требует меньше ресурсов).
- Генерировать новые идеи (пассивный режим свободен от жесткой логики целевого поиска).
- Избегать заикливания (целевой режим может зайти в тупик, а пассивный предлагает неожиданный выход).

4. Примеры из жизни

Пример 1: Решение задачи

- Вы пытаетесь решить сложную математическую задачу (целевой режим).
- Переживания: напряжение, разочарование, когда не получается.

- Вы отвлекаетесь, идёте гулять (пассивный режим).
- Внезапно приходит решение (инсайт).
- Переживания: удивление, радость, ясность.

Пример 2: Творчество

- Художник стоит перед пустым холстом, ни о чём конкретно не думая (пассивный режим).
- В его сознании возникают образы, цвета, формы (свободное комбинирование).
- Внезапно он «видит» картину целиком (инсайт).
- Он начинает писать (целевой режим: «нужно воплотить этот образ»).
- Переживания: вдохновение, поток, удовлетворение от процесса.

Пример 3: Привычное действие

- Вы чистите зубы (автоматизм, нет осознания).
- Вдруг вы вспоминаете, что забыли поздравить друга с днём рождения (инсайт из фонового гештальта).
- Возникает переживание: «Ой, нужно срочно позвонить!» (новая цель в целевом режиме).

Ключевой вывод: функциональная роль переживания определяется режимом осмысления:

- Целевой режим — поиск альтернативного действия для достижения цели. Переживания: напряжение, волевое усилие, сомнение, удовлетворение.
- Пассивный режим — свободное фантазирование и перекомбинирование абстракций. Переживания: лёгкость, удивление, инсайт, мечтательность.

Оба режима необходимы для полноценной работы системы адаптивности. Целевой режим решает текущие задачи, пассивный — генерирует новые идеи и обрабатывает нерешённые проблемы в фоновом режиме. Вместе они обеспечивают гибкость и творчество в условиях неопределённости.

Короткие адреса для дополнительного изучения:

- fornit.ru/68516 (Цикл осознания и целевой режим)
- fornit.ru/68279 (Пассивный режим и фантазирование)
- fornit.ru/68503 (Гештальт как нерешённая проблема)
- fornit.ru/67888 (Целеполагание в осознании)

ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ РОЛЬ СУБЪЕКТИВНОГО ПЕРЕЖИВАНИЯ: ДВА РЕЖИМА МЫШЛЕНИЯ

(Согласно ТЕОРИИ МВАП)



12. Изменяется ли оно при попытке его удержать или отстраниться?

Да, субъективное переживание принципиально и закономерно изменяется при попытке его удержать или, наоборот, отстраниться от него. Эти изменения не случайны — они являются прямым следствием архитектуры системы осознания, где переживание есть динамический процесс обновления инфокартины, а не статичный объект. Попытка удержать переживание прерывает его естественную динамику и трансформирует его, а попытка отстраниться переключает внимание на другой стимул, что также меняет содержание переживания.

Представьте, что вы смотрите на водопад. Пока вы просто смотрите, вы переживаете его течение, звук, движение.

- Попытка удержать: вы пытаетесь «заморозить» картинку, заставить водопад остановиться. Но водопад перестаёт быть водопадом — он становится просто статичной стеной воды. Переживание меняется: исчезает динамика, остаётся лишь застывший образ.
- Попытка отстраниться: вы отворачиваетесь и смотрите на дерево. Переживание водопада исчезает, потому что внимание переключилось. Возникает новое переживание — дерева.

То же самое происходит с любым переживанием. Оно живёт только в динамике. Попытка его удержать разрушает эту динамику, а попытка отстраниться просто переключает вас на другое переживание.

Развёрнутое объяснение:

1. Переживание — это процесс, а не объект

В МВАП субъективное переживание — это динамика обновления глобальной информационной картины (инфокартины). Это не статичный «объект», который можно «взять» и «удержать». Это последовательность сменяющих друг друга кадров, каждый из которых возникает при обновлении инфокартины новой информацией с появлением нового понимания смысла происходящего (кванта переживания смысла).

Когда вы пытаетесь удержать переживание, вы вмешиваетесь в этот процесс, меняете его течение, и переживание трансформируется.

2. Попытка удержать переживание: эффект «застывания»

Когда вы пытаетесь удержать переживание (например, зафиксировать внимание на каком-то образе или ощущении), происходит следующее:

А) Прекращается обновление инфокартины

Естественный цикл осознания требует постоянного обновления инфокартины новой информацией. Если вы пытаетесь удержать один и тот же образ, новые порции информации не поступают, и динамика замирает. Переживание перестаёт быть «живым» и превращается в застывший кадр. Возникает пустота в переживаниях, которой добиваются в медитациях.

Б) Потеря новизны → падение актуальности

Актуальность стимула определяется формулой: Актуальность = Значимость × Новизна. Когда вы удерживаете образ, его новизна падает до нуля. Даже если значимость остаётся высокой, актуальность становится нулевой, и переживание исчезает или становится слабым, тусклым, «фоновым».

В) Переживание смещается на сам процесс удержания

Когда вы пытаетесь удержать образ, ваше внимание переключается с самого образа на целевой процесс его удержания. Вы начинаете переживать не образ, а усилие (волевое напряжение, попытку контроля). Возникает мета-переживание: «Я пытаюсь удержать это переживание». Это уже совсем другое переживание — не о первоначальном образе, а о процессе.

Г) Примеры

- Боль. Вы пытаетесь удержать внимание на боли. Вместо того чтобы боль усилилась, она может стать невыносимой из-за фиксации, но чаще — она просто «застывает» и перестаёт быть динамичной. Или, наоборот, если вы пытаетесь её удержать, вы начинаете переживать сам процесс удержания, а не боль.
- Радость. Вы пытаетесь удержать чувство радости. Оно начинает «ускользать», становится менее ярким, и вы начинаете переживать не радость, а тревогу от того, что она уходит.
- Любовь. Вы пытаетесь удержать переживание любви, постоянно напоминая себе: «Я её люблю». Это перестаёт быть живым чувством и становится механическим утверждением.

3. Попытка отстраниться: переключение внимания

Когда вы пытаетесь отстраниться от переживания (отвлечься, переключить внимание), происходит следующее:

А) Стимул теряет актуальность

Вы переводите внимание на другой стимул. Актуальность первого стимула падает, потому что теперь он не является самым актуальным в канале осознанного внимания. Переживание исчезает или ослабевает.

Б) Возникает новое переживание — отстранения

Когда вы отстраняетесь, вы переживаете не сам исходный стимул, а процесс отстранения. Возникает переживание дистанции, нейтральности, равнодушия. Это может быть переживанием «отпускания», «освобождения» или, наоборот, «потери».

В) Эффект «наблюдателя»

Если вы отстраняетесь, не переключая внимание, а «наблюдая» за переживанием со стороны, вы создаёте мета-переживание: «Я наблюдаю за своим переживанием». В этом случае исходное переживание трансформируется: оно становится объектом наблюдения, теряет свою непосредственность и становится «чужим», «отстранённым». Важно понимать, что даже в этом 'мета-переживании' нет никакого реального разделения на 'наблюдателя' и 'наблюдаемое'. Это просто другой цикл осмысления. Исходный стимул (страх, боль) стал *объектом* для нового цикла. Вместо 'я боюсь собаку' возникает 'я думаю о том, что я боюсь собаку'. Субъект остается единым — это просто смена содержания единственного канала внимания. Нет двух сущностей — есть один процесс, который переключился на анализ самого себя.

Г) Примеры

- Боль. Вы отвлекаетесь от боли, смотрите интересный фильм. Боль перестаёт переживаться, хотя физический сигнал может сохраняться.
- Тревога. Вы переключаетесь на решение задачи. Тревога уходит, потому что канал внимания занят другим.
- Радость. Вы отстраняетесь от радости, начинаете анализировать её. Радость исчезает, остаётся лишь воспоминание о ней или сухой анализ.
- Самосознание. Вы пытаетесь осознать сам процесс осознания. Возникает целевой режим осознания процесса осознания, и попытка приводит к непонятной каше в голове, потому что возникает эффект зеркала, отраженного в другом зеркале.

4. Почему попытки «удержать» и «отстраниться» работают именно так

В основе этих эффектов лежат фундаментальные свойства системы осознания:

А) Один канал внимания

У системы осознания только один канал приоритетного внимания. Вы можете осознавать только один актуальный стимул в каждый момент. Поэтому попытка удержать или отстраниться — это фактически перестройка содержания этого канала.

Б) Переживание — это обновление, а не статика

Переживание существует только в процессе обновления инфокартины. Если вы останавливаете это обновление (пытаясь удержать), переживание затухает. Если вы переключаете обновление на другой стимул (отстраняясь), переживание меняется.

В) Новизна — ключевой компонент

Переживание интенсивно только при наличии новизны. Попытка удержать убивает новизну. Попытка отстраниться вводит новизну (новый стимул — процесс отстранения), но это уже другое переживание.

Г) Эгоцентрическая значимость

Переживание всегда связано с эгоцентрической значимостью (индивидуальной или социально обусловленной). Когда вы пытаетесь удержать или отстраниться, вы меняете значимость стимула: он становится объектом вашего волевого усилия (при удержании) или

объектом дистанцирования (при отстранении). Значимость меняется — меняется и переживание.

5. Пример из текста: боль и отвлечение

В одном из материалов МВАП приводится пример с болью:

«Человек чувствует боль, пока обращает на нее внимание, но стоит переключиться на что-то более актуальное, и боль перестает ощущаться. Авиценна вылечил нарыв у падишаха, усадив его играть в шахматы с любимым партнером — и падишах не обращал внимания на операцию и не чувствовал боль».

Это классический пример отстранения (переключения внимания). Боль перестала переживаться, потому что канал внимания был занят более актуальным стимулом (игрой в шахматы).

Ключевой вывод: субъективное переживание принципиально изменяется при попытке его удержать или отстраниться, потому что:

- Переживание — это процесс обновления инфокартины, а не статичный объект.
- Попытка удержать убивает новизну, останавливает обновление и превращает живое переживание в застывший кадр или в мета-переживание усилия.
- Попытка отстраниться переключает внимание на другой стимул (или на сам процесс отстранения), и исходное переживание исчезает или трансформируется.

Переживание живёт только в потоке. Попытка остановить поток разрушает переживание. Попытка повернуть поток создаёт другое переживание.

Аналогия

Представьте, что вы смотрите на горную реку:

- Естественное переживание — вы смотрите на течение, слушаете шум, чувствуете свежесть. Река течёт, переживание течёт вместе с ней.
- Попытка удержать — вы пытаетесь «заморозить» реку, заставить её остановиться. Река перестаёт быть рекой, становится стоячим озером. Переживание затухает.
- Попытка отстраниться — вы отворачиваетесь от реки и смотрите на горы. Переживание реки исчезает, возникает переживание гор.

Короткие адреса для дополнительного изучения:

- fornit.ru/68540 (Инфокартина как динамическая структура)
- fornit.ru/70759 (Ощущение и внимание)
- fornit.ru/68516 (Цикл осознания и обновление инфокартины)
- fornit.ru/68279 (Пассивный режим и течение переживаний)

ИЗМЕНЯЕТСЯ ЛИ ПЕРЕЖИВАНИЕ ПРИ ПОПЫТКЕ ЕГО УДЕРЖАТЬ ИЛИ ОТСТРАНИТЬСЯ?

(Согласно ТЕОРИИ МВАП)



fornit.ru/68540 (Глобальная инфокартина), fornit.ru/70759 (Ощущение и внимание), fornit.ru/68516 (Цикл осознания), fornit.ru/68279 (Пассивный режим)

13. Как оно влияет на другие психические процессы (внимание, память, волю)?

Субъективное переживание оказывает решающее, определяющее влияние на все основные психические процессы — внимание, память и волю. В рамках МВАП это влияние не является «добавочным» или «параллельным», а представляет собой центральный механизм управления этими процессами. Переживание в ходе процесса осмысления — это не пассивный «побочный продукт», а активный регулятор, который перестраивает работу всей системы адаптивности. Процесс является регулирующим, что показывает как душа связана с мозгом.

Представьте, что ваша психика — это кораблик, а переживание — это руль:

- Внимание — это паруса, которые поворачиваются в сторону ветра. Переживание направляет внимание на самое важное и новое.
- Память — это карта и лоция. Переживание решает, что запомнить (что важно, что ново) и что вспомнить (что актуально сейчас).
- Воля — это сила, с которой вы держите руль. Переживание создаёт это усилие, когда нужно плыть против ветра (преодолевать привычку).

Без переживания нет управления. Всё идёт по течению автоматизмов.

Развёрнутое объяснение:

1. Влияние на внимание

Внимание в МВАП — это канал приоритетного осознания. Переживание процесса осмысления управляет вниманием через ориентировочный рефлекс порождаемых абстракций и актуальность стимула.

Будем избегать понимания, что переживание само по себе чем-то управляет, ведь оно неотделимо от процесса осмысления и просто является формой этого процесса с точки зрения самой системы. Поэтому, говоря про управление переживанием, мы имеем в виду управление в ходе процесса осмысления. Нет проблемы связи переживания с мозгом. Говоря, что переживание управляет, мы имеем в виду, что физический процесс осмысления

управляет. Рассматривая происходящее при осмыслении нам удобнее описывать это через переживание смысла происходящего, которое сопровождается выборкой необходимой информации.

А) Переживание определяет, на что обратить внимание

Внимание автоматически привлекается к стимулу, который обладает максимальной актуальностью:

Актуальность = Значимость × Новизна

- Значимость — это эгоцентрическая оценка важности стимула для гомеостаза.
- Новизна — это степень несоответствия стимула привычному.

Переживание является субъективной формой этой актуальности. Когда стимул обладает высокой актуальностью, возникает интенсивное переживание (удивление, страх, интерес), которое захватывает внимание и удерживает его на этом стимуле.

Б) Переживание удерживает внимание на актуальном стимуле в виде главного, переживаемого цикла осмысления

Когда внимание захвачено, переживание удерживает его на стимуле до тех пор, пока:

- Не будет найдено решение (целевой режим).
- Или не исчерпается новизна (пассивный режим).
- Или не появится более актуальный стимул.

Пример: Вы читаете книгу (внимание на тексте). Внезапно за окном раздаётся громкий звук (высокая новизна + потенциальная значимость).

Если это внешний ориентировочный рефлекс со стороны восприятия, то активность такого образа удерживается и текущий главный цикл осмысления заменяется новым.

Если же это осознанное желание обратить внимание на что-то (в ходе шагов осмысления выбирается определенный образ), то мы, тем самым, произвольно придаем высокую актуальность этому. Возникает внутренний ориентировочный эффект – инсайт.

Внимание переключается на звук, возникает переживание настороженности. Вы перестаёте читать и прислушиваетесь. Это переживание направило ваше внимание на новый стимул и удержало его там.

В) Переживание переключает внимание при появлении более актуального стимула, внешнего или внутреннего

Если появляется более актуальный стимул, переживание переключает внимание на него. Это защитный механизм: система всегда обрабатывает самое важное для выживания.

Г) Внимание и воля

Волевое усилие — это произвольное управление вниманием. Когда вы заставляете себя обратить внимание на то, что не является самым актуальным, возникает переживание волевого усилия (напряжение, усилие, преодоление). Переживание здесь выступает как субъективная форма контроля внимания. Усилие заключается в том, чтобы преодолеть значимость привычного для актуализации альтернативы. Иногда это непросто: взять горячую картошку из костра, преодолев память об ожогах.

2. Влияние на память

Память в МВАП — это две основные системы: семантическая (обобщённые знания) и эпизодическая (конкретные кадры опыта последствий действий). Переживание управляет обеими.

А) Переживание определяет, что запоминается

Запоминается только то, что переживается как актуальное, т.е. то, что осознаётся. Если стимул не вызвал переживания (нет актуальности), он не сохраняется в эпизодической памяти.

Механизм. Когда возникает интенсивное переживание (высокая актуальность), стимул удерживается в канале внимания достаточно долго, чтобы был сформирован кадр эпизодической памяти. Каждый такой кадр включает:

- Образ (что произошло).
- Контекст (где и когда).
- Значимость (как это оценивалось).

Пример: Вы входите в комнату и видите знакомого человека. Если он вам безразличен, вы можете не запомнить этот момент. Но если вы увидели старого друга, которого не видели много лет, возникает осознание с переживанием этого, и этот момент запоминается.

Б) Переживание определяет, что извлекается из памяти

При осмыслении актуального стимула система обращается к памяти, чтобы извлечь релевантную информацию. Какая именно информация извлекается, определяется контекстом инфокартины.

Механизм:

- Текущая инфокартина задаёт контекст.
- На основе этого контекста активируются соответствующие семантические и эпизодические кадры.
- Активация этих кадров сопровождается переживанием их значимости.

Пример: Вы голодны (контекст). Вы видите бутерброд (стимул). Ваше переживание голода направляет извлечение из памяти информации о том, где можно поесть, что вы ели сегодня и т.д. Если бы вы были сыты, извлеклась бы другая информация.

В) Переживание меняет память (реконсолидация)

Каждое воспоминание при его извлечении обновляется под влиянием текущего контекста и значимости. Когда вы вспоминаете что-то, вы встраиваете это воспоминание в текущую инфокартину, и оно может измениться.

Пример. Вы вспоминаете детский праздник. Если вы сейчас в хорошем настроении, воспоминание будет тёплым и радостным. Если вы в плохом настроении, то же самое воспоминание может показаться грустным или ностальгическим. Переживание меняет само воспоминание.

3. Влияние на волю

Воля в МВАП — это процесс произвольного управления поведением, который возникает как альтернатива привычному. Переживание является двигателем волевого процесса.

А) Переживание создаёт волевое усилие

Волевое усилие — это переживание сопротивления, когда вы идёте против привычного. Оно возникает, когда:

- Привычное действие ведёт к негативным последствиям (значимость негатива).
- Нужно найти и выполнить альтернативное действие (значимость позитива).
- Но альтернатива требует усилия, потому что она не автоматизирована.

Механизм: волевое усилие — это субъективная форма работы системы осознания в условиях конфликта между привычным автоматизмом и желаемой альтернативой. Переживание этого конфликта и есть волевое усилие.

Пример: Вы хотите бросить курить.

- Привычное действие: взять сигарету (автоматизм, нет переживания).
- Желаемая альтернатива: не курить (цель).
- Конфликт: между привычкой и целью возникает напряжение — волевое усилие.
- Переживание: дискомфорт, борьба с собой, преодоление.

Б) Переживание поддерживает целенаправленное поведение

Воля — это способность удерживать цель и преодолевать препятствия. Переживание выполняет роль «внутреннего компаса», который оценивает приближение к цели или удаление от неё.

Механизм: на каждом шаге волевого действия система оценивает значимость результата. Если результат приближает к цели, возникает позитивное переживание (уверенность, удовлетворение). Если отдаляет — негативное (тревога, разочарование). Эти переживания корректируют поведение и поддерживают волевое усилие.

Пример. Вы пишете дипломную работу.

- Цель: закончить работу.
- Приближение к цели: вы написали главу — переживание удовлетворения.
- Удаление от цели: вы отвлеклись на час — переживание вины и тревоги.
- Эти переживания поддерживают волевое усилие и помогают вернуться к работе.

В) Переживание и свобода воли

В МВАП свобода воли понимается не как «случайность» или «произвол», а как способность находить альтернативу привычному. Переживание здесь играет центральную роль:

- Осознание альтернативы — это переживание возможности другого действия.
- Выбор альтернативы — это переживание её большей значимости (позитивнее, чем привычное).
- Реализация альтернативы — это переживание преодоления привычки (волевое усилие).

Сводная таблица: влияние переживания на психические процессы

Психический процесс	Как переживание влияет	Механизм
Внимание	Направляет на актуальный стимул, удерживает на	Актуальность = Значимость × Новизна, ориентировочный

Психический процесс	Как переживание влияет	Механизм
	нём, переключает на более актуальный	рефлекс
Память (запоминание)	Запоминается только то, что вызвало переживание (было актуально)	Кадры эпизодической памяти формируются при удержании актуального стимула
Память (извлечение)	Определяет, какая информация извлекается (в зависимости от контекста и значимости)	Активация семантических/эпизодических кадров через инфокартину
Память (изменение)	Воспоминания меняются при извлечении под влиянием текущего контекста	Реконсолидация памяти при обновлении инфокартины
Воля (усилие)	Создаёт переживание сопротивления при преодолении привычного автоматизма	Конфликт между привычкой и альтернативой, требующий осмысления
Воля (целенаправленность)	Поддерживает движение к цели через оценку приближения/удаления (позитивные/негативные переживания)	Переживание значимости каждого шага
Воля (свобода)	Обеспечивает осознание и выбор альтернативы привычному	Осознание значимости альтернативы как более желательной

Ключевой вывод:

Субъективное переживание, как форма процесса осмысления, является центральным регулятором психических процессов:

- Внимание направляется, удерживается и переключается переживанием, которое представляет собой форму процесса осмысления актуального стимула. Аналогично тому, как куб и шар, будучи изготовленными из одного материала, обладают разными свойствами благодаря своей форме, процесс осмысления определяется не физическим носителем, а своей организацией. В биологическом мозге носителем служит активность нейронных сетей, в программной реализации — исполняемый код, однако в обоих случаях именно форма текущего процесса определяет его свойства. Такой формой является текущая структура инфокартины, с которой начинается очередной акт осмысления. Ее организация задает направление первого шага обработки (работа механизма диспетчера). Каждый шаг обновляет инфокартину новой информацией,

вследствие чего изменяется форма процесса осмысления и определяется направление следующего шага. Таким образом, переживание представляет собой непрерывно изменяющуюся форму процесса осмысления, которая и управляет динамикой внимания.

- Память запоминает, извлекает и изменяет информацию только через переживание значимости (без переживания нет запоминания, извлечение определяется контекстом переживания, воспоминания переписываются через текущее переживание).
- Воля возникает как переживание конфликта между привычным автоматизмом и желаемой альтернативой. Волевое усилие — это форма работы системы осознания, а свобода воли — это способность переживать альтернативы и выбирать более значимую.

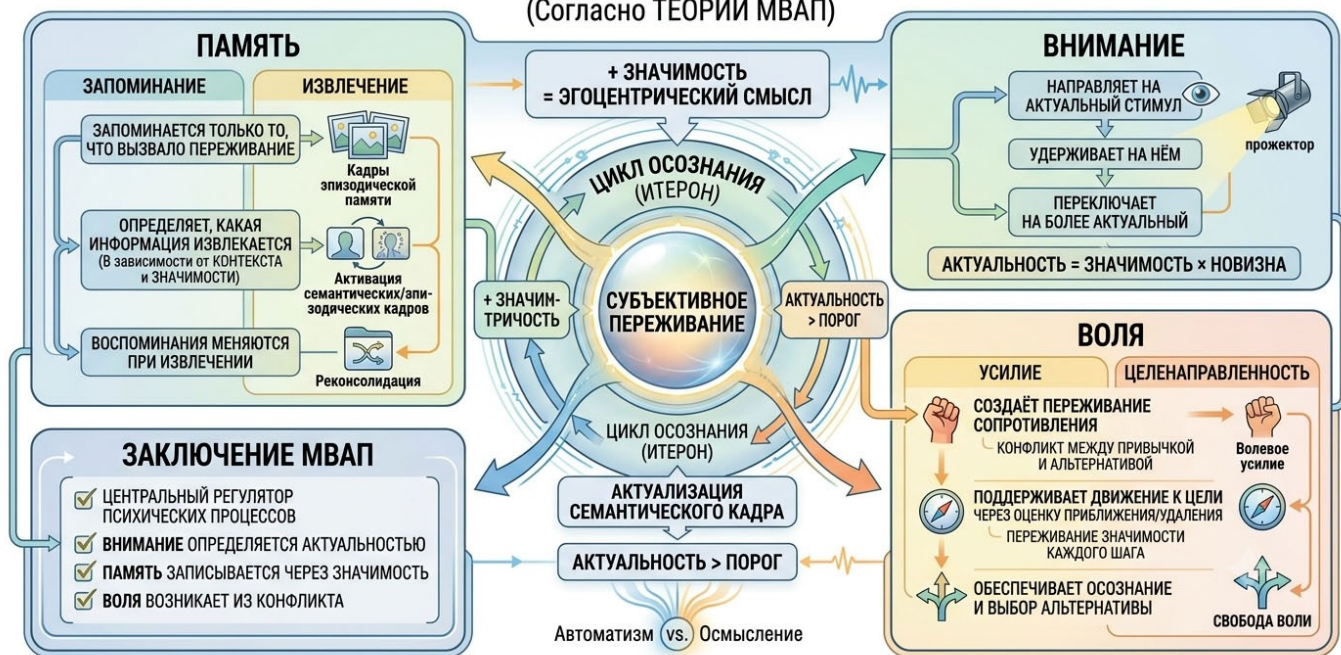
Без переживания система работает как автомат: внимание рассеяно, память не обновляется, воля отсутствует.

Короткие адреса для дополнительного изучения:

- fornit.ru/70759 (Ориентировочный рефлекс и внимание)
- fornit.ru/102588 (Семантическая память и запоминание)
- fornit.ru/67560 (Эпизодическая память и кадры)
- fornit.ru/68516 (Воля и целевой режим осознания)
- fornit.ru/102733 (Целеполагание и волевое усилие)

КАК СУБЪЕКТИВНОЕ ПЕРЕЖИВАНИЕ ВЛИЯЕТ НА ДРУГИЕ ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ

(Согласно ТЕОРИИ МВАП)



fornit.ru/70759 (Ориентировочный рефлекс и внимание) fornit.ru/102588 (Семантическая память и запоминание) fornit.ru/67560 (Эпизодическая память и кадры) fornit.ru/68516 (Воля и целевой режим) fornit.ru/102733 (Целеполагание и волевое усилие)

14. Осознаётся ли оно как результат произвольного выбора или как непроизвольный отклик?

Субъективное переживание может осознаваться и как произвольный выбор, и как непроизвольный отклик — в зависимости от того, на каком этапе цикла осознания оно возникает и какой режим работы системы в данный момент активирован. В МВАП нет жёсткого разделения между произвольным и непроизвольным: это два полюса одного континуума, определяемого степенью вовлечённости механизма произвольности (поиска альтернативы привычному).

Представьте, что вы идёте по улице:

- Непроизвольный отклик: вы внезапно слышите громкий звук и вздрагиваете. Вы не выбирали это — это рефлексорная реакция. Переживание (испуг) возникает само собой.
- Произвольный выбор: вы замечаете красивый магазин и решаете зайти. Вы выбрали обратить внимание. Переживание (интерес, любопытство) возникает как результат вашего выбора.

Но есть и смешанные случаи: вы идёте, думая о работе, и вдруг замечаете, что уже свернули не туда. Вы не планировали это — это автоматизм. Но когда вы это осознали, вы произвольно решаете развернуться. Переживание (удивление, досада) возникает как отклик на осознание автоматизма.

В МВАП переживание всегда является откликом системы на актуальный стимул, но степень произвольности зависит от того, насколько система вовлечена в процесс осмысления и выбора альтернативы.

Развёрнутое объяснение:

1. Непроизвольный отклик: автоматизм без выбора

Когда возникает:

- Появляется стимул с высокой значимостью и новизной.
- Ориентировочный рефлекс автоматически привлекает внимание к этому стимулу.
- Система начинает осмысление без какого-либо произвольного решения.

Характер переживания:

- Переживание возникает само собой, как реакция на стимул.
- Субъект не чувствует, что он «выбрал» это переживание.
- Переживание ощущается как «пришедшее извне» или «случившееся».

Примеры:

- Испуг от внезапного громкого звука: вы не выбирали испугаться, это произошло автоматически.
- Удивление от неожиданной новости: вы не планировали удивляться, это реакция на новизну.
- Боль от укола: вы не выбирали чувствовать боль, это отклик на повреждение.

Физиологический механизм:

- Ориентировочный рефлекс — это безусловный рефлекс, наследственно предопределённый.
- Он запускается автоматически при сочетании новизны и значимости.
- Переживание является субъективной формой процесса осмысления этого автоматического отклика.

2. Произвольный выбор: осознанное управление вниманием

Когда возникает:

- Система уже находится в режиме осмысления.
- Субъект произвольно направляет внимание на тот или иной стимул.

- Это возможно благодаря механизму произвольности, который является способностью системы находить альтернативу привычному.

Характер переживания:

- Переживание ощущается как результат собственного решения.
- Субъект чувствует, что он «выбрал» это переживание.
- Переживание сопровождается ощущением контроля и ответственности.

Примеры:

- Вы решаете посмотреть на закат, и у вас возникает переживание красоты. Вы выбрали это, оно не случилось с вами само собой.
- Вы решаете вспомнить приятный момент из прошлого, и возникает переживание ностальгии.
- Вы решаете сосредоточиться на решении задачи, и возникает переживание напряжения и вовлечённости.

Физиологический механизм:

- Произвольность в МВАП — это не «свобода от причин», а способность системы выбирать альтернативу привычному.
- Это требует активации высших уровней осознания (префронтальная кора) и волевого усилия. При лоботомии этого нет, любая произвольность нарушается.
- Переживание является субъективной формой этого произвольного выбора.

3. Смешанные случаи: автоматизм, который становится произвольным

Многие переживания начинаются как непроизвольные отклики, но затем становятся объектом произвольного внимания.

Пример с болью:

- Непроизвольный отклик: вы ушибли палец, возникает боль (вы не выбирали её).
- Произвольное вмешательство: вы решаете обратить внимание на боль, проанализировать её, оценить серьёзность.
- Переживание меняется: боль становится более отчётливой, вы начинаете её переживать как «мою боль», которую я сейчас исследую.

Пример с тревогой:

- Непроизвольный отклик: вы чувствуете тревогу без явной причины (фоновый процесс, гештальт).
- Произвольное вмешательство: вы решаете понять, откуда взялась тревога, направляете внимание на внутренние образы.
- Переживание меняется: тревога может усилиться (если вы нашли причину) или ослабнуть (если вы нашли решение).

Пример с автоматическими действиями:

- Непроизвольный отклик: вы машинально идёте по знакомому маршруту, не думая об этом.

- Произвольное вмешательство: вы замечаете, что идёте не туда, и решаете развернуться.
- Переживание меняется: возникает удивление («как я сюда попал?») и принятие решения.

4. Иллюзия произвольности: почему нам кажется, что мы выбираем

В МВАП утверждается, что произвольность — это не сумасбродство и не свобода от причин. Это адаптивный процесс нахождения альтернативы привычному. Многие переживания, которые кажутся нам «произвольными», на самом деле являются автоматическими откликами на внутренние стимулы (мысли, воспоминания, гештальты).

Пример: вы «вдруг» вспомнили о человеке, с которым давно не виделись, и решили ему позвонить. Вам кажется, что это было ваше произвольное решение. Но на самом деле этот образ мог возникнуть из фонового процесса (вы видели что-то похожее, слышали знакомую мелодию) и захватить внимание. Ваше «решение» позвонить — это уже произвольный акт, но само появление образа было непроизвольным.

Степень произвольности в МВАП — это степень вовлечённости системы в осмысление альтернатив, а не абсолютная свобода от причин.

5. Как это связано с «философским зомби» и свободой воли

В МВАП свобода воли не отрицается, но она понимается не как «случайность» или «нарушение детерминизма», а как способность системы находить и реализовывать альтернативу привычному. Субъективное переживание является формой осознания этого процесса.

- Если система действует автоматически, переживание ощущается как непроизвольный отклик.
- Если система осознанно ищет альтернативу, переживание ощущается как произвольный выбор.
- В обоих случаях система остаётся детерминированной — просто в одном случае она использует готовые автоматизмы, а в другом — итеративный поиск решения.

Произвольность — это не способность «делать что угодно», а способность выбирать наилучшую альтернативу на основе опыта и текущего контекста. «Воля – это осознанная необходимость».

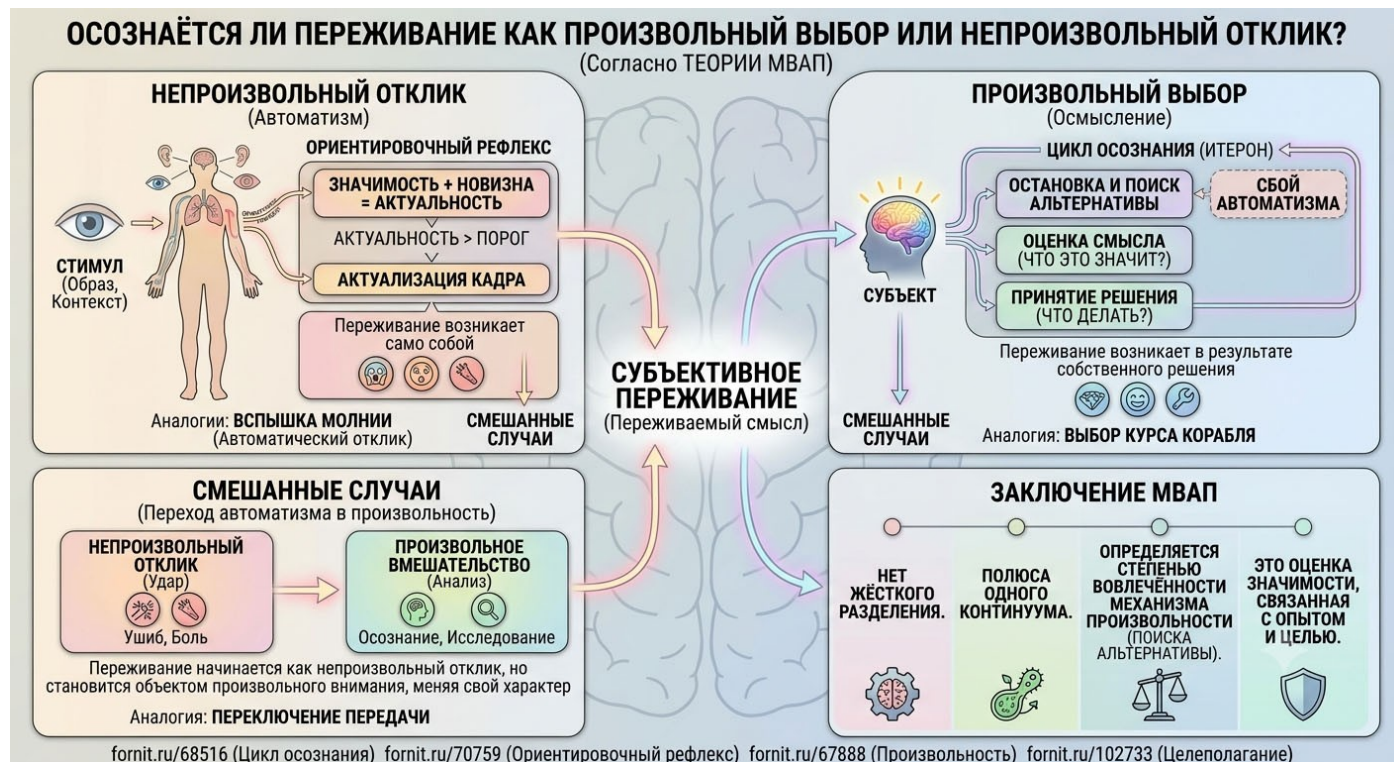
Ключевой вывод: субъективное переживание может осознаваться и как результат произвольного выбора, и как непроизвольный отклик, в зависимости от того, насколько система вовлечена в процесс осмысления и поиска альтернативы привычному:

- Непроизвольный отклик: переживание возникает автоматически при появлении стимула с высокой актуальностью (ориентировочный рефлекс). Субъект не чувствует контроля.
- Произвольный выбор: переживание возникает в результате осознанного направления внимания и поиска альтернативы. Субъект чувствует контроль и ответственность.
- Смешанные случаи: переживание начинается как непроизвольный отклик, но становится объектом произвольного внимания, меняя свой характер.

В МВАП произвольность — это не свобода от причин, а способность системы находить альтернативу привычному. Субъективное переживание является формой осознания этого процесса.

Короткие адреса для дополнительного изучения:

- fornit.ru/68516 (Цикл осознания и поиск альтернативы)
- fornit.ru/70759 (Ориентировочный рефлекс как произвольный отклик)
- fornit.ru/67888 (Произвольность как альтернатива привычному)
- fornit.ru/102733 (Целеполагание и произвольное управление)



15. Осознаётся ли оно как «моё» (эгоцентричное) или как «привнесённое» (дереализованное)?

В норме субъективное переживание всегда осознаётся как «моё», то есть как эгоцентричное. Это фундаментальное свойство системы адаптивности: всё переживание строится относительно «Я» как эгоцентрической точки отсчёта значимостей происходящего. Однако при определённых состояниях и патологиях это базовое самоощущение может нарушаться, и переживание начинает осознаваться как «чужое», «отстранённое», «не моё» — это состояние называется дереализацией или деперсонализацией.

В норме вы никогда не сомневаетесь: «это моя боль», «это моя радость», «это моя мысль». Даже если переживание возникло произвольно (испуг от громкого звука), вы всё равно ощущаете его как «я испугался», а не как «кто-то другой испугался внутри меня».

Но при некоторых состояниях (стресс, усталость, патология) эта связь нарушается. Вы можете смотреть на свои руки и чувствовать: «это не мои руки», или слышать свои мысли и ощущать: «это не мои мысли, они как будто извне». Это и есть дереализация/деперсонализация — сбой в механизме эгоцентрической привязки переживания.

В МВАП это объясняется нарушением связи между актуальным стимулом и системой эгоцентрической значимости.

Развёрнутое объяснение:

1. Эгоцентричность как фундаментальное свойство

В МВАП любое переживание по умолчанию эгоцентрично, потому что обслуживает индивидуальный гомеостат. Это означает:

- Все оценки значимости вычисляются относительно «Я»: «полезно/вредно для меня».
- Система не может оценивать ситуацию иначе, как через призму своих жизненных параметров.
- Это не моральный эгоизм, а функциональная необходимость выживания: организм должен заботиться о себе, чтобы выжить.

Механизм эгоцентричности:

- Гомеостатическая регуляция построена вокруг поддержания нормы именно этого организма.
- Все стимулы оцениваются по шкале: «отклонение от нормы моего тела».
- Поэтому переживание всегда окрашено в «мою» валентность: «мне хорошо», «мне плохо», «мне страшно».

Пример. Когда вы голодны, вы переживаете голод как «я хочу есть». Вы не переживаете его как «кто-то хочет есть». Это всегда ваше переживание.

2. Механизм привязки: почему переживание ощущается как «моё»

В МВАП это обеспечивается через инфокартину и эгоцентрическую значимость:

1. Инфокартина — это глобальная информационная картина информированности о происходящем, которая обновляется на каждом шаге осознания.
2. Эгоцентрическая значимость — это оценка образа относительно состояния данного организма.
3. Когда стимул активирует семантический кадр, он автоматически связывается с текущим состоянием системы (гомеостаз, эмоции, цели).
4. Эта связка «образ + контекст + значимость», дающего понимание смысла происходящего, и есть переживание. И поскольку значимость всегда «для меня», переживание всегда «моё».

Аналогия. Представьте, что у вас есть личный дневник. Каждая запись в нём начинается с «Я»: «Я сегодня видел...», «Я чувствую...». Даже если вы описываете события, произошедшие с другими, вы пишете о них с вашей точки зрения. Так и переживание — оно всегда «от первого лица», потому что система не имеет другой точки отсчёта.

3. Нарушение эгоцентричности: дереализация и деперсонализация

В некоторых состояниях механизм эгоцентрической привязки нарушается. Это происходит, когда:

- Информационные потоки (распознавание стимула и эмоциональная оценка значимости) временно разъединяются.
- Система продолжает обрабатывать данные, но внутренний «датчик отчёта» перестаёт окрашивать их маркером «это происходит со мной».
- Точка отсчёта смещается: система начинает наблюдать за своими процессами как бы со стороны, превращаясь из полноценного субъекта в пассивного регистратора событий.

Проявления:

- Дерезализация: мир кажется ненастоящим, отстранённым, «как во сне». Объекты теряют свою значимость, становятся плоскими.

- Деперсонализация: собственное тело, мысли, чувства ощущаются как чужие, привнесённые, «не мои» [17]. Вы можете смотреть на свои руки и думать: «это не мои руки».

Примеры:

- Стресс: при сильном стрессе может возникнуть ощущение, что вы наблюдаете за собой со стороны, как за персонажем фильма.
- Усталость: при сильной усталости мысли могут казаться «чужими», как будто их кто-то вкладывает в вашу голову.
- Патология: при диссоциативном расстройстве идентичности разные субличности могут ощущать переживания как «не свои», принадлежащие другой личности.

4. Почему это происходит: сбой в механизме привязки

В МВАП эгоцентрическая значимость — это результат интеграции сигналов от разных систем:

- Гомеостатический контекст (голод, жажда, боль) — даёт базовую оценку «плохо/хорошо».
- Семантическая память — связывает образ с его значимостью в данных условиях.
- Эпизодическая память — связывает текущую ситуацию с прошлым опытом.

Если эта интеграция нарушается (например, из-за стресса, травмы, усталости, патологии), то:

- Образ распознаётся (вы видите свою руку).
- Но его значимость для «меня» не активируется должным образом.
- Возникает переживание без привязки к субъекту: «это не моя рука», «это не моя мысль».

Пример: Вы смотрите на свою руку. В норме вы переживаете: «это моя рука, она тёплая, она мне принадлежит». При дереализации: вы видите ту же руку, но переживание «моя» исчезает. Рука становится чуждым объектом, хотя вы знаете, что это ваша рука.

5. Нормальное состояние: эгоцентричность как основа

В норме нарушение привязки не происходит. Система всегда связывает актуальный стимул с текущим гомеостатическим состоянием и личной историей. Поэтому любое переживание по умолчанию «моё».

Даже если переживание возникает произвольно (испуг, боль), оно всё равно «моё»: «я испугался», «мне больно». Вы не можете переживать «чужой» испуг или «чужую» боль.

6. Эгоцентричность и единство всех сознательных существ

Интересное следствие: в МВАП утверждается, что базовое самоощущение (прото-«Я») одинаково для всех сознательных существ, потому что свойство абстракций является их единственностью, где бы они ни актуализировались. Это означает:

- Базовое переживание («я существую», «мне нормально/плохо/хорошо») тождественно у всех систем, обладающих механизмами осознания.
- Различия возникают на уровне конкретного содержания (мои воспоминания, мои цели, моё тело), но не на уровне самой формы переживания («это моё»).

Поэтому эгоцентричность — это универсальное свойство, присущее всем системам с механизмами осознания. Дерееализация и деперсонализация — это сбой в этом универсальном механизме, а не его альтернативы.

Ключевой вывод: в норме субъективное переживание всегда осознаётся как «моё» (эгоцентричное), потому что:

- Все оценки значимости строятся относительно «Я» (гомеостатической нормы именно этого организма).
- Инфокартина связывает каждый образ с текущим состоянием системы и личной историей.
- Переживание — это форма эгоцентрической значимости.

Нарушение этого механизма (дерееализация, деперсонализация) возникает, когда связь между образом и его значимостью для «меня» разрывается:

- Образ распознаётся, но не окрашивается маркером «моё».
- Система наблюдает за своими процессами «со стороны».
- Переживание ощущается как «чужое», «привнесённое», «не моё».

Эгоцентричность — это не патология, а норма. Дерееализация — это сбой в механизме привязки значимости к субъекту.

Короткие адреса для дополнительного изучения:

- fornit.ru/70018 (Эгоцентрическая значимость)
- fornit.ru/102739 (Деперсонализация и сбой в механизме привязки)
- fornit.ru/102737 (Самосознание как рядовой эффект)
- fornit.ru/102682 (Свойства абстракций: эгоцентричность)



16. Как оно соотносится с привычным образом себя?

Субъективное переживание может либо подтверждать, либо нарушать привычный образ себя, в зависимости от того, насколько новизна и значимость ситуации соответствуют сложившейся модели «Я» (самоидентичности). В МВАП привычный образ себя — это устойчивая система семантических и эпизодических моделей, сформированных в памяти и определяющих, что «я» — это именно этот организм, с этой историей, этими свойствами и паттернами поведения. Переживание, которое встраивается в эту систему, ощущается как «естественное, привычное, моё». Переживание, которое противоречит этой системе, вызывает конфликт, удивление, тревогу или даже кризис идентичности.

Представьте, что вы всю жизнь считали себя спокойным человеком. Это ваш «привычный образ себя».

- Если вы переживаете спокойствие в типичной ситуации (например, читаете книгу) — это переживание соответствует привычному образу себя. Оно ощущается как «естественное», «моё», вы его почти не замечаете, потому что оно встроено в автоматизмы.
- Но если вы внезапно переживаете сильный гнев в незначительной ситуации, это переживание противоречит привычному образу себя. Вы можете удивиться: «Почему я так разозлился? Это не похоже на меня». Переживание ощущается как чужеродное, выбивающее из колеи, и вы начинаете осмысливать его, пытаетесь вписать в свою модель «Я».

В МВАП переживание — это индикатор рассогласования между текущим опытом и привычной моделью себя. Чем сильнее рассогласование, тем интенсивнее переживание и тем больше система вынуждена пересматривать свой образ себя.

Развёрнутое объяснение:

1. Привычный образ себя как устойчивая модель понимания

В МВАП привычный образ себя — это не философская сущность, а конкретная функциональная структура:

- Семантическая модель «Я» — обобщённое знание о своих свойствах, предпочтениях, привычках, способностях («я спокойный», «я люблю собак», «я хорошо готовлю»).
- Эпизодическая модель «Я» — кадры памяти о конкретных событиях, в которых «Я» проявляло себя определённым образом («вчера я разозлился на коллегу», «на прошлой неделе я помог другу» [18]).

Эти модели формируются на основе опыта взаимодействия с миром и хранятся в семантической и эпизодической памяти. Они являются частью модели понимания субъекта, определяющими, что можно ожидать от себя в различных ситуациях.

2. Переживание как подтверждение привычного образа

Когда текущее переживание соответствует привычному образу себя, оно:

- Ощущается как «естественное», «обычное», «моё».
- Не требует осмысления (или требует минимального).
- Поддерживает и укрепляет существующую модель «Я».
- Не вызывает эмоционального напряжения, так как автоматизмы работают без сбоев.

Примеры:

- Вы считаете себя добрым человеком. Вы видите бездомного и даёте ему деньги. Переживание (сострадание, желание помочь) полностью соответствует вашему образу себя. Вы не задумываетесь: «Почему я это сделал?» — это естественно для вас.
- Вы считаете себя аккуратным. Вы замечаете, что ваши вещи лежат на своих местах, и чувствуете удовлетворение. Это переживание подтверждает ваш образ себя как организованного человека.

3. Переживание как нарушение привычного образа

Когда текущее переживание противоречит привычному образу себя, оно:

- Ощущается как «странное», «неожиданное», «нехарактерное».
- Требуем осмысления: «Почему я так поступил/почувствовал?»
- Вызывает когнитивный диссонанс — конфликт между текущим опытом и существующей моделью.
- Может привести к пересмотру модели «Я» (если переживание повторяется и закрепляется).

Примеры:

- Вы считаете себя неконфликтным человеком. Но в споре вы внезапно сорвались на крик. Переживание гнева противоречит вашему образу себя. Возникает удивление, тревога, чувство вины. Вы начинаете осмысливать: «Я не такой, почему я это сделал?».
- Вы считаете себя независимым. Но вы обнаруживаете, что завидуете успеху коллеги. Это переживание нарушает ваш образ себя как человека, не зависящего от мнения других. Возникает дискомфорт, который требует пересмотра.

4. Механизм конфликта: почему переживание может нарушать образ себя

В МВАП образ себя — это эгоцентрическая модель, построенная на основе опыта взаимодействий. Когда возникает новое переживание, система:

1. Распознаёт стимул (образ, мысль, действие).
2. Извлекает из памяти семантическую и эпизодическую информацию о том, «как я обычно веду себя в таких ситуациях».
3. Сравнивает текущее переживание с этой моделью.
4. Если совпадение высокое — переживание подтверждает образ себя.
5. Если совпадение низкое (новизна, неожиданность) — возникает рассогласование, которое запускает осмысление и пересмотр модели.

Рассогласование — это значимая новизна, но уже не во внешнем мире, а в самом субъекте. Это новизна в образе себя, и она требует осмысления точно так же, как любая другая новизна.

5. Переживание как двигатель изменения личности

Когда переживание неоднократно нарушает привычный образ себя, система вынуждена перестраивать модель «Я». Это и есть механизм личностного роста, изменения идентичности.

Примеры:

- **Фобия:** человек, считающий себя смелым, внезапно переживает панический страх при виде паука. Это противоречит его образу себя. Чтобы справиться с этим, ему нужно либо изменить поведение (перестать считать себя смелым), либо изменить отношение к паукам (пройти терапию).
- **Творчество:** художник, считающий себя реалистом, вдруг начинает переживать интерес к абстракции. Это противоречит его привычному образу. Переживание этого интереса может привести к смене стиля и пересмотру своей идентичности.

6. Патологические случаи: потеря привычного образа себя

В некоторых состояниях образ себя может полностью разрушаться или изменяться до неузнаваемости:

- **Деперсонализация:** «я перестал себя узнавать», «я чувствую себя чужим».
- **Диссоциативное расстройство идентичности:** несколько разных «Я» в одном теле, каждое со своим образом себя.
- **Амнезия:** потеря автобиографической памяти разрушает образ себя.

В МВАП это объясняется как нарушение работы систем, обеспечивающих привязку переживаний к эгоцентрической значимости. Переживание есть, но оно не связывается с привычной моделью «Я», поэтому ощущается как «чужое» или «не моё».

7. Адаптивная функция: почему система может нарушать образ себя

Нарушение привычного образа себя — это адаптивный механизм. Если бы образ себя был полностью жёстким, система не могла бы изменяться в новых условиях. Новизна в самом субъекте (новые переживания, новые способности, новые ценности) требует гибкости модели «Я».

Эволюционный смысл: образ себя должен быть достаточно стабильным, чтобы обеспечивать предсказуемость поведения, но достаточно гибким, чтобы адаптироваться к новым условиям. Поэтому переживание, нарушающее привычный образ себя, — это сигнал о необходимости пересмотра.

Сводная таблица: соотношение переживания с привычным образом себя

Соотношение	Ощущение переживания	Реакция системы	Пример
Полное совпадение	«Естественное», «обычное», «моё»	Автоматизм, подтверждение модели	Вы делаете то, что обычно делаете
Частичное совпадение	«Немного странно», «не совсем как я»	Лёгкое осмысление, лёгкая корректировка модели	Вы проявили чуть больше агрессии, чем обычно
Сильное рассогласование	«Это не я», «чужое», «неожиданное»	Активное осмысление, возможный	Вы совершили поступок, который никогда бы не

Соотношение	Ощущение переживания	Реакция системы	Пример
		пересмотр модели	ожидали от себя
Полное разрушение образа	«Я не знаю, кто я», «дереализация»	Кризис идентичности, патология	Деперсонализация, диссоциативное расстройство

Ключевой вывод: субъективное переживание может либо подтверждать, либо нарушать привычный образ себя в зависимости от степени его соответствия существующей модели «Я».

- Совпадение: переживание ощущается как «естественное, моё», встраивается в автоматизмы, не требует осмысления.
- Рассогласование: переживание ощущается как «странное, нехарактерное», требует осмысления и может привести к пересмотру модели «Я».
- Полное разрушение: переживание перестаёт связываться с моделью «Я» и ощущается как «чужое, привнесённое» (дереализация, деперсонализация).

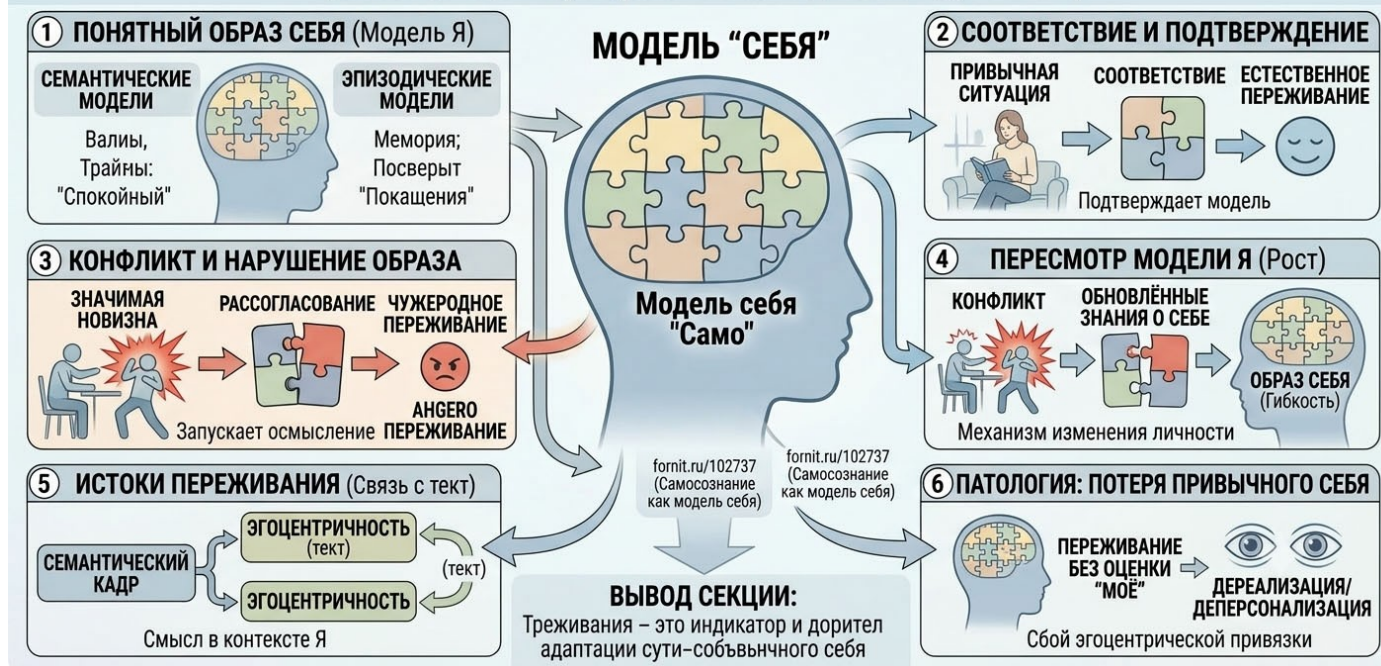
Переживание — это не пассивное отражение образа себя, а активный регулятор его изменения. Нарушение привычного образа — это адаптивный механизм, позволяющий системе изменяться в новых условиях.

Короткие адреса для дополнительного изучения:

- fornit.ru/102737 (Самосознание как модель себя)
- fornit.ru/102739 (Деперсонализация и потеря образа себя)
- fornit.ru/102682 (Модель понимания и образ себя)
- fornit.ru/102733 (Целеполагание и пересмотр целей)

КАК ОНО СООТНОСИТСЯ С ПРИВЫЧНЫМ ОБРАЗОМ СЕБЯ?

(Схема понимания сути субъективности согласно теории МВАП)



17. Возможно ли его описать словами без искажения?

Нет, полностью описать субъективное переживание словами без искажения невозможно в принципе. Это следует из фундаментальных свойств архитектуры сознания, описанных в МВАП [19]. Однако частичная, приблизительная и контекстуально-зависимая передача возможна и составляет основу человеческой коммуникации, искусства и культуры.

Представьте, что вы пытаетесь описать вкус ананаса человеку, который никогда его не пробовал. Вы можете сказать: «он сладкий, с кислинкой, сочный, напоминает тропики». Но эти слова не передадут само переживание вкуса. Человек может вообразить что-то похожее, но не переживёт ананас, пока не попробует его сам.

Точно так же с любым переживанием. Слова — это ярлыки, указатели, но не сами переживания. Они могут вызвать у другого человека похожее переживание (если у него есть соответствующий опыт), но никогда не передадут его в точности.

Развёрнутое объяснение:

1. Почему полное описание невозможно: три фундаментальных причины

А) Переживание — это процесс, а не объект

В МВАП переживание — это динамика обновления инфокартины, а не статичный объект. Когда вы пытаетесь описать его словами, вы фиксируете его в момент описания. Но переживание продолжает течь, меняться, обновляться. Слова описывают застывший кадр, а не живой фильм.

Б) Переживание включает квалиа — несводимые качества

Квалиа — это субъективные качества переживания: краснота красного, сладость сладкого, боль боли. Эти качества не сводимы к объективным свойствам (длина волны, концентрация сахара, сила давления). Они существуют только для субъекта и не могут быть переданы через описание.

В) Переживание опирается на уникальный контекст

Любое переживание возникает в уникальном контексте: текущее состояние организма, личная история, эмоциональный фон, ситуация. Даже если вы опишете стимул и реакцию, вы не сможете передать весь контекст, который определяет именно это переживание.

2. Что делает описание «искажающим»?

Даже приблизительное описание неизбежно искажает переживание по нескольким причинам:

А) Огрубление и упрощение

Слова — это дискретные ярлыки, а переживание — это непрерывный поток. Вы не можете описать все нюансы: «мне было немного грустно, но с оттенком надежды, и где-то в животе чувствовалось лёгкое напряжение, а мысли были такими...» — вы вынуждены выбирать, что сказать, а что опустить.

Б) Потеря динамики

Слова описывают состояние, а не процесс. Когда вы говорите «мне страшно», вы описываете момент, но не передаёте то, как страх нарастал, достиг пика, ослабевал, трансформировался. Переживание — это развёрнутая во времени драма, а слова — её фотография.

В) Эгоцентрическая несоизмеримость

Переживание эгоцентрично: оно всегда относительно «меня». Другой человек не имеет доступа к вашей системе отсчёта. Когда вы говорите «мне больно», другой может понять, что это неприятно, но не переживёт именно вашу боль.

Г) Опора на общие абстракции

Мы используем общие слова («грусть», «радость», «тревога»), но у каждого они означают разное в зависимости от личного опыта. Для одного «тревога» — это лёгкое беспокойство, для другого — паническая атака. Слова создают иллюзию понимания, но не передают конкретное переживание.

3. Что же тогда даёт описание? Его функции

Если полное описание невозможно, зачем мы вообще пытаемся говорить о переживаниях?

А) Указание на тип переживания

Слова работают как ярлыки, указывающие на категорию переживания: «это радость», «это страх», «это удивление». Они помогают другому человеку соотнести ваше переживание с его собственным опытом.

Б) Передача контекста

Мы можем описать ситуацию, в которой возникло переживание: «я увидел незнакомца в тёмном переулке». Это помогает другому представить контекст и активировать свои собственные семантические кадры, связанные с этим контекстом.

В) Вызов похожего переживания у другого

Искусство, литература, музыка — это способы вызвать у другого переживание, похожее на ваше. Писатель описывает дождливый вечер, и у читателя возникает ностальгия — не та же самая, но близкая. Это не передача, а индукция.

Г) Социальная координация

Описания переживаний позволяют нам координировать поведение: «мне страшно» означает «помоги», «я рад» означает «раздели со мной радость». Даже если переживание не передаётся точно, его функциональный смысл понятен.

4. Механизм понимания: как слова вызывают переживания у другого

Когда вы слышите описание чужого переживания, ваш мозг:

1. Распознаёт слова (слуховой образ).
2. Извлекает из семантической памяти связанные с ними абстракции.
3. Активирует собственные семантические кадры, соответствующие этим абстракциям.
4. Моделирует ситуацию, используя свою эпизодическую память.
5. Переживает свою версию этого переживания.

Важно: вы переживаете не чужое, а своё переживание, вызванное описанием. Это может быть похоже на то, что чувствовал другой, но никогда не будет тождественным.

5. Иллюзия понимания: почему нам кажется, что мы понимаем

Мы часто думаем, что понимаем друг друга, когда говорим о переживаниях. Но это иллюзия, основанная на:

- Общности языка (мы используем одни и те же слова).
- Схожестве опыта (мы переживали похожие вещи).
- Способности моделировать (мы можем представить себя на месте другого).

Однако полного совпадения никогда не бывает. Даже у однояйцевых близнецов, выросших в одной среде, переживания будут немного разными, потому что контексты никогда не совпадают полностью.

6. Единственность абстракций и невозможность передачи

В МВАП утверждается, что абстракции едины для всех мыслящих существ. Например, понятие «круг» одинаково для всех, кто понимает, что такое круг. Но переживание конкретного круга (его цвет, размер, значимость) — всегда уникально.

Таким образом, общие абстракции (типы переживаний) можно передавать через слова (например, «страх»). Но конкретное переживание (мой страх именно сейчас) — непередаваемо.

7. Практическое следствие: как говорить о переживаниях

Из этого следует, что при обсуждении переживаний нужно:

- Использовать метафоры и аналогии — они помогают активировать похожие кадры у другого.
- Описывать контекст — это позволяет другому смоделировать ситуацию.
- Быть открытым к непониманию — осознавать, что вы никогда не передадите переживание в точности.
- Использовать искусство — поэзия, музыка, живопись могут вызвать у другого более близкое переживание, чем сухое описание.

Ключевой вывод: полное описание субъективного переживания словами без искажения невозможно в принципе, потому что:

- Переживание — это динамический процесс, а слова — статичные ярлыки.
- Квалиа (субъективные качества) не сводимы к объективным описаниям.
- Контекст каждого переживания уникален и не может быть полностью передан.
- Эгоцентричность делает переживание принципиально «личным».

Однако частичная передача возможна через:

- Ярлыки (указание на тип переживания).
- Описание контекста (ситуация, условия).
- Метафоры и аналогии (вызов похожих кадров у другого).
- Искусство (индукция переживания, а не его передача).

Понимание чужого переживания — это всегда создание своей собственной версии, а не получение чужой.

Короткие адреса для дополнительного изучения:

- fornit.ru/102682 (Свойства абстракций, включая транслятивность и единственность)
- fornit.ru/102588 (Семантическая память как основа значений)
- fornit.ru/69260 (Абстракции и модель понимания)
- fornit.ru/70290 (Понимание и непонимание в коммуникации)



18. Как оно отличает себя от других переживаний и фоновых процессов?

Субъективное переживание отличает себя от других переживаний и фоновых процессов благодаря своей актуальности — то есть тому, что оно в данный момент является наиболее значимым и новым стимулом, захватившим единственный канал осознанного внимания. Все остальные процессы (другие переживания, фоновые автоматизмы, бессознательные циклы) остаются за пределами этого канала, не осознаются и не переживаются.

Простыми словами: вы переживаете только то, на что направлен прожектор вашего внимания. Всё остальное — это «шум», который вы не замечаете.

Представьте, что вы находитесь в шумной комнате, где одновременно говорят несколько человек, играет музыка, работает телевизор. Вы можете переживать только один разговор — тот, на который вы направили внимание. Остальные голоса, музыка, шум телевизора — это фоновые процессы. Они есть, они обрабатываются вашим мозгом (вы можете уловить своё имя, сказанное в другом конце комнаты), но вы их не переживаете.

Переживание отличается от фона тем, что оно в центре вашего внимания. Как только вы переключаете внимание на другого собеседника, предыдущее переживание исчезает, а новое становится актуальным.

Развёрнутое объяснение:

1. Единственный канал осознанного внимания

Фундаментальный принцип МВАП: канал осознанного внимания — единственный. Система может осознавать и переживать только один актуальный стимул в каждый момент времени.

Механизм:

- Ориентировочный рефлекс автоматически вычисляет актуальность каждого стимула.
- Актуальность = Значимость × Новизна.
- Стимул с максимальной актуальностью захватывает канал внимания и становится переживанием.
- Все остальные стимулы (даже если они значимы) остаются за пределами канала и не переживаются, пока не станут более актуальными.

Пример: Вы смотрите фильм (переживание). Внезапно за окном раздаётся громкий звук. Его актуальность становится выше, чем у фильма, и канал внимания переключается на звук. Фильм перестаёт переживаться и становится фоновым процессом, пока звук остаётся актуальным. Когда звук стихает, канал может вернуться к фильму.

2. Как переживание отличает себя от других переживаний

В МВАП переживания различаются по содержанию семантического кадра:

- Каждый кадр включает уникальный образ, контекст и значимость.
- Когда новый стимул захватывает внимание, он активирует новый кадр, который отличается от предыдущего.
- Переживание предыдущего стимула исчезает (теряет актуальность), потому что канал занят новым стимулом.

Механизм различения:

1. Предыдущее переживание уходит из канала внимания, когда появляется более актуальный стимул.
2. Оно может перейти в фоновый цикл (бессознательное) и продолжать обрабатываться там.
3. Если фоновый цикл находит решение или новую значимую информацию, он может снова захватить внимание и стать новым переживанием (инсайт).
4. Таким образом, переживания не «смешиваются» — они сменяют друг друга в единственном канале.

3. Как переживание отличает себя от фоновых процессов

Фоновые процессы — это все остальные активности системы, которые не находятся в канале осознанного внимания. К ним относятся:

- Автоматизмы (привычные действия, рефлексy) — они работают без осознания.
- Фоновые циклы осмысления — неактуальные в данный момент циклы, которые продолжают обрабатывать информацию (например, гештальты).
- Восприятие без внимания — сенсорные сигналы, которые не достигли порога актуальности.

Механизм отличия:

- Переживание — это актуальное содержание канала внимания.
- Фоновые процессы — это всё, что не в канале.
- Граница между ними определяется ориентировочным рефлексом и актуальностью.

Пример: Вы идёте по улице и думаете о работе (переживание). Ваши ноги идут автоматически (фоновый процесс). Вы не переживаете процесс ходьбы, пока не споткнётесь. В момент спотыкания автоматизм нарушается, возникает новизна, и ходьба становится переживанием (страх, удивление).

4. Роль новизны и значимости в различении

Переживание отличается от фона степенью новизны и значимости:

- Фоновые процессы — это то, что уже автоматизировано, привычно, незначимо или не ново.
- Переживание — это то, что обладает высокой актуальностью (комбинация значимости и новизны).

Пример с «эффектом коктейльной вечеринки»:

- Вы разговариваете с другом в шумной комнате (ваше переживание — разговор).
- Все остальные голоса — фоновый процесс.
- Внезапно кто-то произносит ваше имя в другом конце комнаты. Это слово обладает высокой значимостью для вас, поэтому оно пробивает фон и становится переживанием (вы отвлекаетесь и смотрите, кто позвал).

5. Как переживание может «уходить в фон» и возвращаться

Переживание не исчезает бесследно, когда теряет актуальность. Оно может:

- Уйти в фоновые циклы (бессознательное) и продолжать обрабатываться.
- Вернуться в сознание (стать переживанием), если фоновый цикл найдёт новое решение или если изменится контекст.

Механизм:

- Гештальт (нерешённая проблема) сохраняется в фоновых циклах как доминанта.
- Она периодически «сканирует» новые стимулы на предмет аналогии.
- Когда аналогия найдена, гештальт захватывает внимание и становится переживанием (инсайт).

Пример: Вы мучаетесь над сложной задачей (переживание напряжения). Вы переключаетесь на другое дело (задача уходит в фон). Через час, пока вы моете посуду, решение внезапно «приходит в голову» (инсайт — задача снова становится переживанием).

6. Почему мы не путаем переживания с фоном

Мы не путаем переживания с фоном, потому что:

- Переживание всегда «в центре» — оно ощущается как яркое, актуальное, значимое.
- Фон всегда «на периферии» — он ощущается как тусклый, незначимый, автоматический.
- Переключение между ними — это дискретный скачок, а не плавный переход. Вы либо переживаете что-то, либо нет.

Пример: Вы читаете книгу (переживание). Ваша рука держит книгу (фоновый процесс, вы его не переживаете). Внезапно вы замечаете, что рука затекла (новизна + значимость). Теперь рука становится переживанием, а книга — фоном. Вы не смешиваете эти два состояния: они сменяют друг друга.

7. Роль инфокартины в различении

Инфокартина — это глобальная информационная модель текущего состояния. Она:

- Хранит актуальный образ, его контекст и значимость.
- Определяет, что именно является содержанием переживания в данный момент.
- Когда инфокартина обновляется, переживание меняется. Когда она не обновляется (сон, наркоз), переживание исчезает.

Фоновые процессы не влияют на инфокартину напрямую. Они влияют на неё только тогда, когда их результат становится новым стимулом, который захватывает внимание.

Ключевой вывод: субъективное переживание отличает себя от других переживаний и фоновых процессов благодаря единственности канала осознанного внимания:

- Переживание — это актуальное содержание канала внимания, определяемое максимальной актуальностью (значимость × новизна).
- Другие переживания — это предыдущие содержания канала, которые потеряли актуальность и ушли в фон или полностью исчезли.
- Фоновые процессы — это все остальные активности системы, которые не достигли порога актуальности и не захватили канал внимания.

Переживание и фон не смешиваются — они сменяют друг друга дискретно, как кадры кинофильма. Переживание всегда «в центре», фон — «на периферии». Переключение между ними происходит при изменении актуальности стимулов.

Короткие адреса для дополнительного изучения:

- fornit.ru/70759 (Канал приоритетного внимания)
- fornit.ru/68516 (Цикл осознания и актуальность)
- fornit.ru/68540 (Инфокартина как содержание переживания)
- fornit.ru/68713 (Бессознательное и фоновые циклы)

КАК ОНО ОТЛИЧАЕТ СЕБЯ ОТ ДРУГИХ ПЕРЕЖИВАНИЙ И ФОНОВЫХ ПРОЦЕССОВ?

ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ РАЗДЕЛЕНИЕ В СТРУКТУРЕ СУБЪЕКТИВНОСТИ



19. Что в нём является неизменным, а что переменным?

В любом субъективном переживании есть неизменное ядро и переменная оболочка. Неизменным является сама форма переживания как актуализированной абстракции — то есть факт наличия осознаваемого содержания, связанного с эгоцентрической значимостью. Переменным является конкретное содержание этого переживания: образ, контекст, величина и знак значимости, эмоциональная окраска.

Простыми словами: неизменно то, что вы переживаете *вообще* (сам факт переживания), и то, что это переживание *ваше* (эгоцентричность). Переменно всё, что составляет конкретное содержание этого переживания: что именно вы переживаете, насколько сильно, с каким знаком и в каком контексте.

Представьте, что вы смотрите фильм на экране:

- Неизменное — это сам экран и то, что вы вообще смотрите кино. Пока вы бодрствуете и осознаёте что-то, «экран сознания» работает. Это — факт наличия переживания.
- Переменное — это всё, что появляется на экране: кадры, сюжет, герои, музыка, эмоции. Каждый кадр уникален, но экран остаётся тем же самым.

Так и в сознании: форма переживания (то, что вы вообще что-то переживаете и это «ваше») неизменна, а содержание (что именно, как, в каком контексте) — постоянно меняется.

Развёрнутое объяснение:

1. Неизменное: форма переживания

В МВАП выделяются следующие инвариантные (неизменные) компоненты любого переживания:

А) Сам факт осознания

Пока система бодрствует и инфокартина обновляется, есть переживание. Это базовое свойство системы, реализующей механизмы осознания. Даже если вы не переживаете ничего конкретного (например, состояние «пустоты» в медитации), вы всё равно

переживаете факт своего существования — базовое самоощущение. Как абстракция – это самоощущение тождественно у всех живых существ с психикой.

Б) Эгоцентрическая значимость

Любое переживание всегда «моё». Даже если вы переживаете отстранение (дереализацию), вы переживаете его как «я переживаю отстранение». Сама форма эгоцентричности неизменна: всё оценивается относительно «меня».

В) Структура семантического кадра

Любое переживание имеет структуру: образ + контекст + значимость. Эта тройка неизменна как форма. Меняется только конкретное содержание каждой из трёх частей.

Г) Динамическая природа

Переживание всегда процессуально — это динамика обновления инфокартины, а не статичный объект. Даже когда вы пытаетесь удержать переживание, оно остаётся процессом (процессом удержания).

Д) Наличие смысла

Любое переживание всегда о чём-то. Даже абстрактная мысль или ощущение пустоты имеют смысл («я переживаю пустоту»). Без смысла нет переживания.

2. Переменное: содержание переживания

Всё остальное в переживании — переменное:

А) Конкретный образ

Меняется то, что именно вы переживаете: собака, закат, боль, мысль о работе, воспоминание о детстве. Образы сменяют друг друга непрерывно.

Б) Контекст

Условия, в которых возникает переживание, постоянно меняются: время суток, место, текущее состояние организма (голоден/сыт, устал/бодр), социальная ситуация.

В) Значимость (величина и знак)

Интенсивность переживания (от 0 до ± 10) и его валентность (позитив/негатив) постоянно меняются в зависимости от состояния системы и стимулов.

Г) Эмоциональная окраска

Страх, радость, гнев, удивление, спокойствие — всё это разные эмоциональные тона, которые сменяют друг друга.

Д) Режим осмысления (целевой / пассивный)

Переживание может быть направлено на поиск решения (целевой режим) или на свободное течение образов (пассивный режим). Эти режимы чередуются.

Е) Степень произвольности

Переживание может ощущаться как произвольное (я выбрал обратить внимание) или как произвольное (меня что-то отвлекло). Это соотношение меняется от момента к моменту.

3. Примеры: что неизменно, а что переменным в конкретных переживаниях

Пример 1: Боль

Компонент	Неизменное	Переменное
Форма	Боль — это переживание, оно «моё», имеет значимость, о чём-то (о повреждении)	—
Содержание	—	Интенсивность (лёгкая/невыносимая), локализация (где болит), качество (острая/ноющая), эмоциональный фон (тревога/гнев/безднадёжность), контекст (у врача/дома)

Пример 2: Радость

Компонент	Неизменное	Переменное
Форма	Радость — это переживание, оно «моё», имеет позитивную значимость, о чём-то	—
Содержание	—	Причина (встреча с другом/победа/подарок), интенсивность (лёгкая/эйфория), длительность, контекст (праздник/обычный день)

Пример 3: Мысль о числе «пять»

Компонент	Неизменное	Переменное
Форма	Мысль — это переживание, оно «моё», имеет смысл (понимание числа)	—
Содержание	—	Контекст (математическая задача/счёт предметов), значимость (важно/неважно), эмоциональный фон (интерес/скука)

4. Почему неизменное остаётся неизменным?

Неизменные компоненты — это свойства самой архитектуры системы:

- Единственный канал внимания гарантирует, что переживание всегда «в центре».
- Эгоцентрическая система отсчёта гарантирует, что переживание всегда «моё».
- Структура семантического кадра гарантирует, что переживание всегда «о чём-то».
- Динамика инфокартины гарантирует, что переживание всегда процессуально.

Эти свойства не зависят от содержания. Они являются инвариантами системы адаптивности, работающими всегда, пока система бодрствует.

5. Почему переменное меняется?

Переменное — это содержание, которое определяется:

- Текущими стимулами (внешними и внутренними).
- Состоянием гомеостаза (голоден/сыт, болен/здоров).
- Опыт и память (какие кадры активируются).
- Контекстом (время, место, социальная ситуация).
- Режимом осмысления (целевой/пассивный).

Содержание меняется ежеминутно, потому что мир и состояние системы непрерывно изменяются.

Сводная таблица: неизменное и переменное в переживании

Компонент	Неизменное	Переменное
Факт осознания	Есть переживание (пока бодрствуем)	Отсутствует во сне/наркозе
Эгоцентричность	Всегда «моё»	Может нарушаться при патологии (дереализация)
Структура	Образ + Контекст + Значимость	Конкретные образы, контексты, значения
Значимость	Всегда есть (отлична от нуля)	Величина и знак ($\pm$) меняются
Смысл	Всегда о чём-то	Конкретное содержание смысла
Динамика	Процессуально, обновляется	Скорость и характер обновления
Режим	Либо целевой, либо пассивный	Конкретный режим в данный момент
Интенсивность	Всегда есть	Меняется от 0 до ± 10

Ключевой вывод: в любом субъективном переживании:

- Неизменным является сама форма переживания:
 - о факт наличия осознания,
 - о эгоцентричность («моё»),

- о структура семантического кадра (образ + контекст + значимость),
- о процессуальная динамика,
- о наличие смысла.
- Переменным является конкретное содержание:
 - о образ (что именно),
 - о контекст (где, когда, при каких условиях),
 - о значимость (величина и знак),
 - о эмоциональная окраска,
 - о режим осмысления (целевой/пассивный),
 - о степень произвольности.

Неизменное — это «экран сознания». Переменное — это то, что на нём показывают.

Короткие адреса для дополнительного изучения:

- fornit.ru/102682 (Свойства абстракций: неизменная форма, переменное содержание)
- fornit.ru/68540 (Инфокартина как неизменная структура с переменным содержанием)
- fornit.ru/70018 (Эгоцентрическая значимость как инвариант)
- fornit.ru/102739 (Самоощущение как неизменная основа)



20. Как оно завершается или трансформируется, и остаётся ли после него след?

Субъективное переживание никогда не исчезает бесследно в психике. Оно либо трансформируется в новый автоматизм (привычку, навык, рефлекс), либо сохраняется в виде кадра эпизодической памяти (воспоминания), либо уходит в фоновые циклы (бессознательное) в качестве доминанты (гештальта), продолжая влиять на будущее

переживания [20]. Завершение переживания — это не «выключение», а переход в другую форму существования в системе адаптивности.

Представьте, что вы учитесь кататься на велосипеде:

- Переживание: напряжение, страх, неуверенность, радость, когда получается.
- Завершение/трансформация: когда вы научились, переживания исчезают. Вы просто едете, не думая. Переживание трансформировалось в автоматизм (навык).
- След: вы помните, как учились (эпизодическая память). И теперь, когда вы видите ребёнка, который учится кататься, вы вспоминаете свои переживания — они могут вернуться в осознание.

Так и любое переживание: оно либо становится привычкой, либо остаётся воспоминанием, либо продолжает «тлеть» в бессознательном как нерешённая проблема.

Развёрнутое объяснение:

1. Три пути завершения переживания

В МВАП переживание может завершиться (или трансформироваться) тремя основными способами:

А) Трансформация в автоматизм

Это главная функция сознания — создавать автоматизмы, чтобы в будущем не тратить ресурсы на осмысление.

Механизм:

- Система находит альтернативу привычному действию.
- Это действие повторяется и закрепляется.
- Постепенно оно становится автоматическим (не требующим осознания).
- Переживание исчезает, но его результат сохраняется как правило (стимул → действие → значимость последствий).

Пример:

- Переживание: вы учитесь водить машину (напряжение, страх, контроль каждого движения).
- Трансформация: через несколько месяцев вы водите автоматически, переживания исчезли.
- След: навык вождения сохранился как автоматизм.

Б) Сохранение в эпизодической памяти (кадр воспоминания)

Если переживание было значимым (высокая интенсивность, новизна, важность), оно фиксируется как кадр эпизодической памяти. Это позволяет системе в будущем извлекать этот опыт для осмысления новых ситуаций.

Механизм:

- Каждый кадр включает: образ, контекст, значимость, принятое решение.
- Кадр сохраняется как энграмма (нейронный след) и может быть активирован позже.
- При активации кадра воспроизводится переживание (воспоминание), но уже в новом контексте.

Пример:

- Переживание: вы обожглись горячим чайником (боль, страх, отдёргивание руки).
- Завершение: переживание прошло, но остался кадр памяти.
- След: теперь, когда вы видите горячий чайник, вы вспоминаете боль и автоматически держитесь подальше.

В) Уход в фоновые циклы и гештальт

Если переживание было связано с нерешённой проблемой, оно не завершается окончательно, а переходит в бессознательные фоновые циклы и сохраняется в особой структуре памяти как гештальт (доминанта). Оно продолжает обрабатываться и периодически «прорывается» в сознание в виде навязчивых мыслей или инсайтов.

Механизм:

- Система не нашла решения, но проблема остаётся актуальной (высокая значимость).
- Она сохраняется как доминанта — устойчивое состояние, которое сканирует новые стимулы на предмет аналогий.
- Когда аналогия найдена, гештальт захватывает внимание и становится новым переживанием (инсайт).

Пример:

- Переживание: вы мучаетесь над сложной задачей (напряжение, тупик).
- Завершение: вы переключаетесь на другое дело, проблема уходит из сознания.
- След: проблема продолжает обрабатываться в фоновых циклах (гештальт).
- Возвращение: через час, во время прогулки, приходит решение (инсайт). Переживание возвращается как озарение.

2. Трансформация переживания: как оно меняется со временем

Даже если переживание не завершилось (осталось в памяти или гештальте), оно трансформируется со временем:

А) Изменение значимости

При каждом извлечении из памяти переживание обновляется под влиянием текущего контекста. Воспоминание о событии может становиться:

- Более позитивным (если вы в хорошем настроении).
- Более негативным (если вы в плохом настроении).
- Более нейтральным (если прошло много времени).

Б) Интеграция в новые модели понимания

Переживание может быть переосмыслено в свете нового опыта. То, что раньше казалось трагедией, со временем может стать «ценным уроком». Это не просто «забывание», а активная перестройка смысла.

В) Угасание (естественное забывание)

Если переживание не имеет высокой значимости и не повторяется, его след может ослабевать. Кадр памяти становится менее доступным, переживание при воспоминании —

менее ярким. Однако полного исчезновения не происходит — след остаётся в семантической памяти в виде обобщённого знания.

3. Какой след остаётся после переживания?

След переживания может проявляться на трёх уровнях:

А) Нейронный след (энграмма)

Физический субстрат памяти: энграммные нейроны исторической памяти, изменения в синаптических связях, активация определённых нейронных ансамблей. Это материальная основа всех трёх типов следа.

Б) Когнитивный след (знание, навык, убеждение)

- Автоматизм: вы можете делать что-то, не думая (навык).
- Семантическое знание: вы знаете, что «огонь — горячий» (обобщённое правило).
- Убеждение: вы считаете, что «люди в целом добры» (эмоционально окрашенное знание).

В) Эмоциональный след (отношение)

Переживание оставляет эмоциональный отпечаток:

- Боязнь определённых ситуаций (фобия).
- Привязанность к определённым людям или местам.
- Склонность к определённому стилю поведения.

4. Возвращение переживания: как след становится актуальным

След может активироваться в трёх случаях:

А) Воспоминание (произвольное или непроизвольное)

Вы можете намеренно вспомнить переживание (произвольное извлечение) или оно может «всплыть» само (непроизвольное — например, при встрече с похожим стимулом).

Б) Инсайт (прорыв гештальта)

Фоновый цикл находит решение, и переживание возвращается как озарение.

В) Актуализация через новый стимул

Новый стимул активирует семантический кадр, связанный с прошлым переживанием, и оно «оживает» в новом контексте.

Сводная таблица: завершение, трансформация и след

Путь завершения	Что происходит	Какой след остаётся	Пример
Трансформация в автоматизм	Переживание «сворачивается» в навык, не требующий осознания	Навык, привычка, рефлекс	Вы научились водить машину и больше не думаете о

Путь завершения	Что происходит	Какой след остаётся	Пример
			каждом движении
Сохранение в эпизодической памяти	Переживание фиксируется как кадр, доступный для извлечения	Воспоминание, которое можно активировать	Вы помните свой первый день в школе
Уход в фоновые циклы (гештальт)	Переживание становится нерешённой проблемой, которая продолжает фоновую обработку	Доминанта, которая периодически «прорывается» в сознание	Вы мучаетесь над сложной задачей и вдруг находите решение во время прогулки
Трансформация смысла	Переживание переосмысливается в свете нового опыта	Изменённое отношение, новая модель понимания	Трагедия становится «ценным уроком»
Угасание	След ослабевает, но не исчезает полностью	Семантическое обобщение («это было неважно»)	Вы забыли, что ели на завтрак неделю назад

Ключевой вывод: субъективное переживание никогда не исчезает бесследно. Оно:

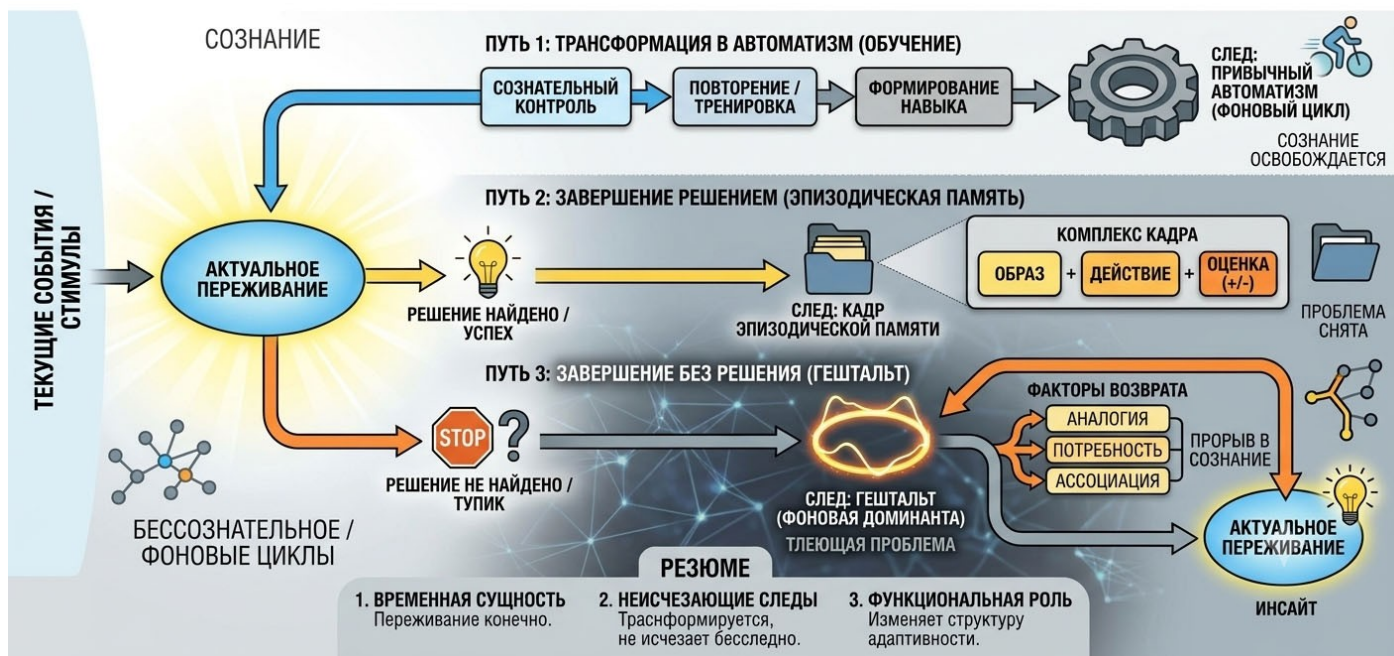
1. Трансформируется в автоматизм (навык, привычка, рефлекс) — это главная функция сознания.
2. Сохраняется в эпизодической памяти как кадр воспоминания, который может быть активирован позже.
3. Уходит в фоновые циклы как гештальт (нерешённая проблема), продолжая влиять на мышление и периодически возвращаясь в сознание (инсайт).
4. Меняет свой смысл при каждом извлечении, интегрируясь в новые модели понимания.
5. Оставляет след на всех уровнях: нейронном (энграмма), когнитивном (знание, убеждение) и эмоциональном (отношение).

Таким образом, переживание не «кончается» — оно превращается в опыт, который определяет будущее поведение системы.

Короткие адреса для дополнительного изучения:

- fornit.ru/67560 (Эпизодическая память и кадры)
- fornit.ru/68503 (Гештальт как незавершённое переживание)
- fornit.ru/68516 (Трансформация переживания в автоматизм)
- fornit.ru/68713 (Фоновые циклы и бессознательное)

КАК ОНО ЗАВЕРШАЕТСЯ ИЛИ ТРАНСФОРМИРУЕТСЯ, И ОСТАЁТСЯ ЛИ ПОСЛЕ НЕГО СЛЕД? (ПО ТЕОРИИ МВАП)



Обобщенная модель понимания сути субъективности

Ниже представлена целостная, самодостаточная модель, объединяющая три ключевых тезиса: (1) семантическая память как онтологическая основа субъективных переживаний, (2) невозможность "тёмной" системы с полноценной психической адаптивностью и (3) неотделимость формы и содержания как философский фундамент. Все утверждения строятся так, чтобы быть очевидными и неоспоримыми — не через риторику, а через указание на неизбежные следствия самой архитектуры живых адаптивных систем.

Семантическая память — онтологическая основа субъективных переживаний

1. Исходный пункт: живая система — это не вычислитель, а гомеостат

Всякая живая система существует постольку, поскольку она поддерживает свои жизненные параметры в критических пределах. Это называется гомеостазом. Гомеостаз требует:

- различия «норма» / «отклонение»;
- различия «полезно» / «вредно»;
- выбора действий, возвращающих систему к норме.

Эти различия онтологически первичны. Они не являются «вычислениями» в математическом смысле — они являются условием существования системы. Без них система просто распадается.

Следствие 1:

Любое живое существо с необходимостью имеет эгоцентрическую систему отсчёта: всё оценивается относительно сохранения его собственного существования.

2. Семантический кадр — минимальная единица переживаемого смысла

Чтобы не реагировать на каждый стимул как на совершенно новый, система должна запоминать, что означал данный образ в прошлом. Этот запоминаемый инвариант — семантический кадр — включает три неразрывных компонента:

1. Образ — распознанный паттерн (то, что воспринято).
2. Контекст — условия, в которых этот образ возник.
3. Эгоцентрическая значимость — что этот образ значит для меня в данных условиях: полезно, вредно или нейтрально.

Пример с ягодой:

Компонент	Содержание
Образ	Красная круглая ягода
Контекст	Лес, лето, я голоден
Значимость	«В прошлый раз похожая ягода была съедобной, но некоторые красные ягоды ядовиты» → осторожность

Активация этого кадра и есть переживание. Не «сопровождает» его, не «вызывается» им, а является им. Нет никакого отдельного «ощущения» поверх кадра — есть сам кадр, взятый изнутри системы.

Следствие 2:

Если система имеет семантическую память (связывает образы с их эгоцентрической значимостью в контексте), то она уже имеет субъективное переживание. Третьего не дано.

3. Переживание — это не «добавка», а внутренняя сторона процесса

Когда внешний наблюдатель смотрит на мозг или программу, он видит:

- активацию детекторов,
- распространение сигналов,
- изменение весов связей.

Но сама система не видит этого. Она не имеет доступа к своим транзисторам или нейронам. Она имеет доступ только к интегральному результату — к тому, что данный образ значит для неё сейчас, в этом контексте.

Аналогия:

Внешнее (для наблюдателя)	Внутреннее (для системы)
Электрические сигналы в процессоре	«На экране — красное яблоко»
Переключение транзисторов	«Это приятно, я хочу его съесть»
Изменение потенциалов памяти	«Я вспоминаю, что вчера ел яблоко»

Никто не требует объяснять, почему «красное яблоко на экране» — это не просто «электрические сигналы». Это разные уровни описания одного и того же процесса. Точно так же субъективное переживание и нейронная активность — это не две сущности, а один процесс, описанный с разных точек отсчёта.

Следствие 3:

Субъективное переживание — это не отдельная «сущность», которую нужно добавлять к физике. Это способ существования информационной структуры, переживаемый изнутри самой системой.

Невозможность «тёмной» системы с полноценной адаптивностью

4. Аргумент от гомеостатической необходимости

Система, которая должна выживать в условиях неопределённости (а все живые системы живут в неопределённости), должна уметь:

- распознавать значимую новизну;
- оценивать её последствия для себя;
- находить альтернативы привычным реакциям;
- выбирать действие, которое максимизирует шансы на выживание.

Каждый из этих шагов требует оценки значимости относительно «меня». Без этой оценки система не может отличить:

- съедобное от ядовитого,
- безопасное от опасного,
- полезное от бесполезного.

Следствие 4:

Система, реализующая адаптивность на уровне психики, с необходимостью имеет «внутреннюю точку отсчёта». Иметь такую точку отсчёта и «не переживать» — логическое противоречие, как «быть мокрым и совершенно сухим одновременно».

5. Аргумент от новизны и автоматизма

Если бы все ситуации были заранее известны и на все были готовые автоматизмы, сознание было бы не нужно. Но мир всегда содержит новизну. Когда привычный автоматизм не срабатывает, система должна:

- остановиться (затормозить автоматизм);
- осмыслить ситуацию (извлечь информацию из памяти);
- принять новое решение (сформировать новый автоматизм).

Этот процесс осмысления не может быть «тёмным», потому что он требует удержания контекста, оценки значимости и выбора альтернативы. Все эти операции с необходимостью создают внутреннюю модель ситуации, которая и есть переживание.

Пример с лоботомией:

Человек с повреждённой префронтальной корой:

- сохраняет все автоматизмы,
- может правильно реагировать в привычных ситуациях,
- узнаёт знакомые лица,
- правильно говорит.

Но он не может:

- справляться с неожиданностями,
- перестраивать поведение при новизне,
- удерживать сложный контекст,
- произвольно выбирать альтернативы.

Следствие 5:

Если у системы есть механизм произвольного выбора альтернатив в условиях новизны — у неё есть переживание. Если переживания нет — нет и произвольного выбора. Это не два разных свойства, а два описания одного и того же механизма.

6. Аргумент от единственности канала внимания

У системы осознания только один канал приоритетного внимания. Это не случайность, а необходимость: если бы одновременно осознавались несколько стимулов, система не могла бы выбрать, на что реагировать, и впала бы в паралич.

Этот единственный канал всегда занят наиболее актуальным стимулом. Актуальность определяется как:

Актуальность = Значимость × Новизна

Если стимул имеет нулевую значимость или нулевую новизну, он не захватывает канал и не переживается.

Следствие 6:

Переживание — это не «что-то», добавленное к каналу внимания. Это сам факт того, что канал занят некоторым содержанием. Пустой канал — это отсутствие переживания (сон без сновидений, наркоз). Содержательный канал — это переживание. Между ними нет третьего.

Неотделимость формы и содержания (философский фундамент)

7. Ошибка Чалмерса: разделение того, что неразделимо

Дэвид Чалмерс утверждает, что можно представить «философского зомби» — систему, функционально идентичную человеку, но лишённую субъективного переживания [1].

Ошибка Чалмерса в том, что он неявно постулирует:

- физический процесс (нейронная активность) — это одно;
- субъективное переживание (квалиа) — это другое, что может быть добавлено или убрано [2].

Но в реальности:

- нейронная активность, реализующая осмысление новизны, и есть субъективное переживание;

- она не «порождает» его, не «сопровождает» его — она является им, взятым изнутри системы.

Аналогия с кругом:

Внешнее (для наблюдателя)

Внутреннее (для системы)

Набор атомов, организованных в окружность

«Я вижу круг»

Химический состав краски

«Это красный круг»

Геометрическое описание

«Круг — символ совершенства»

Никто не требует объяснять, почему «круг» не сводится к атомам. Круг — это форма организации атомов. Убрать форму — и атомы перестанут быть кругом. Так и субъективное переживание — это форма организации нейронных процессов. Убрать форму — и процессы перестанут быть сознанием.

Следствие 7:

Философский зомби невозможен, потому что он требует «убрать переживание», сохранив форму. Но переживание и есть форма. Убрав переживание, мы меняем форму, а значит, система перестаёт быть функционально идентичной.

8. Форма и содержание не существуют отдельно

В любом сложном объекте:

- Материальное содержание — это то, из чего он сделан (атомы, молекулы, нейроны).
- Форма — это способ организации этого содержания.

Форма не существует отдельно от содержания. Но содержание не сводится к перечислению элементов. Круг — это не просто набор атомов, но и не отдельная сущность, парящая над ними. Круг — это способ организации атомов.

Точно так же субъективное переживание — это не отдельная «душа» и не просто «активность нейронов». Это способ организации нейронной активности, при котором система:

- оценивает значимость происходящего относительно себя;
- удерживает контекст;
- выбирает альтернативы;
- обновляет свою модель мира.

Следствие 8:

Субъективное переживание — это не вещь и не свойство вещи. Это способ существования адаптивной системы, переживаемый изнутри. Искать «интерфейс» между мозгом и переживанием — это как искать «интерфейс» между кругом и атомами. Их нет, потому что это одно и то же на разных уровнях описания.

Финальная формула: субъективность как неизбежность психической организации

9. Если система реализует все механизмы — переживание неизбежно

Предположим, мы создали систему, которая:

1. Поддерживает гомеостаз (различает норму и отклонение).
2. Имеет семантическую память (связывает образы с их значимостью в контексте).
3. Имеет эпизодическую память (запоминает кадры прошлого осмысления).
4. Имеет единственный канал внимания (выбирает наиболее актуальный стимул).
5. Способна произвольно выбирать альтернативы привычным автоматизмам.
6. Обновляет инфокартину (глобальную модель ситуации) на каждом шаге.

Вопрос: может ли такая система не переживать?

Ответ: нет, не может. Потому что:

- У неё есть «внутренняя точка отсчёта» (гомеостаз) → переживание всегда эгоцентрично.
- У неё есть оценка значимости → переживание всегда валентно (позитивно/негативно).
- У неё есть удержание контекста → переживание всегда осмысленно (связано с прошлым и будущим).
- У неё есть выбор альтернатив → переживание всегда процессуально (динамика обновления).

Это не постулат и не метафора. Это дедуктивное следствие из самой архитектуры системы. Если все перечисленные механизмы присутствуют, то не иметь переживания означает не иметь одного из этих механизмов. Но тогда система уже не является функционально идентичной. Следовательно, «зомби» — это не альтернатива, а логическое противоречие.

Следствие 9:

Субъективное переживание — это не «трудная проблема», а неизбежное свойство систем, реализующих адаптивность на уровне психики. Вопрос «почему возникает переживание?» так же бессмыслен, как «почему круг круглый?». Круг круглый по определению. Переживание — это способ существования адаптивной системы, переживаемый изнутри.

Резюмирующие тезисы (для запоминания)

№	Тезис	Краткая формула
1	Семантическая память — основа переживания	Образ + Контекст + Значимость = Переживание
2	Переживание — это внутренняя сторона процесса	Внешнее и внутреннее — одно и то же, с разных точек отсчёта
3	«Тёмная» система невозможна	Без переживания нет произвольного выбора альтернатив
4	Новизна требует осмысления	Осмысление = обновление инфокартины = переживание
5	Единственный канал внимания	Пустой канал = нет переживания, занятый = есть переживание

№	Тезис	Краткая формула
6	Форма и содержание неразделимы	Переживание — это форма организации нейронных процессов
7	Философский зомби невозможен	Это логическое противоречие, а не гипотетическая возможность
8	Адаптивность = субъективность	Любая система с психической адаптивностью неизбежно переживает
9	Вопрос «почему» бессмыслен	Переживание — это способ существования системы, а не её свойство

Итоговый пример (для наглядности)

Вы — система адаптивности.

- Стимул: вы видите красный шар.
- Семантическая память: «Красное → в прошлом было съедобное → но некоторые красные ядовиты».
- Контекст: вы голодны, это лес.
- Значимость: осторожность + желание.
- Переживание: смесь любопытства и настороженности.

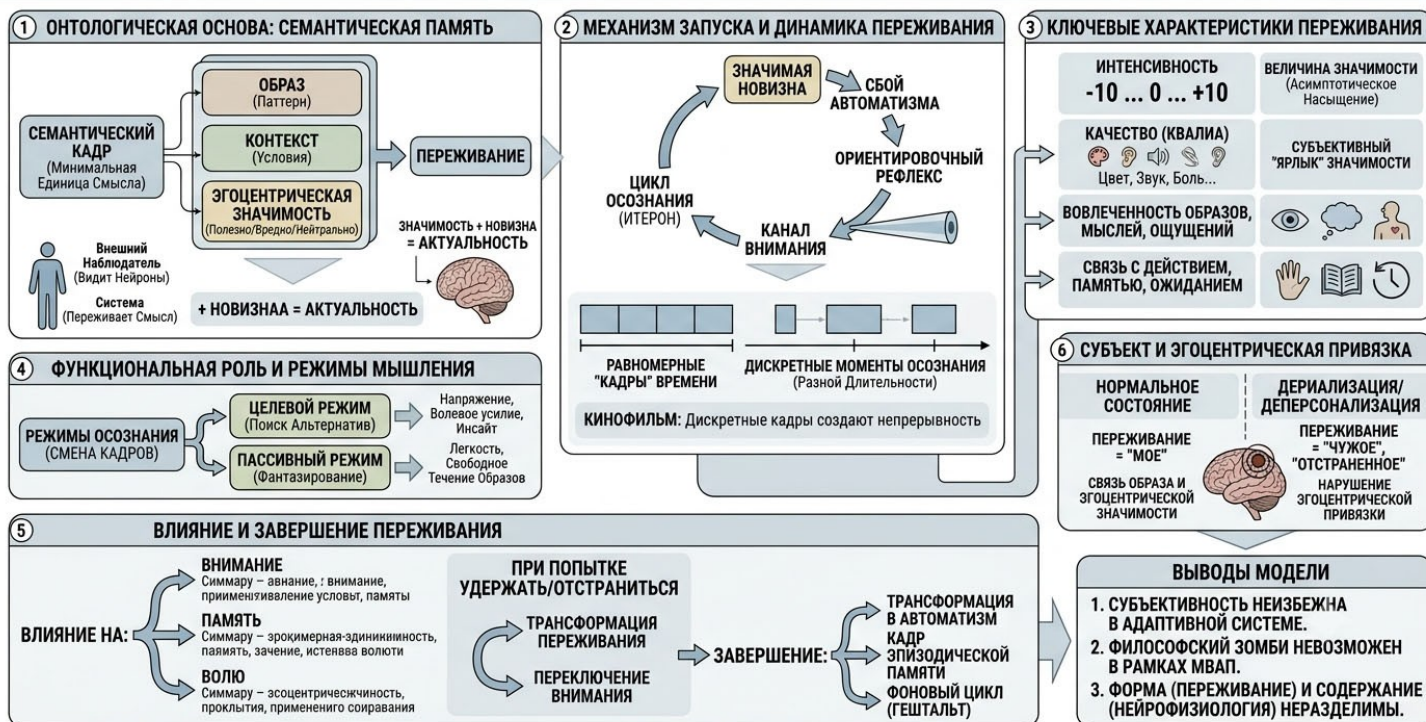
Если вы осознаёте этот шар, вы переживаете его. Если вы не осознаёте (отвлеклись), вы не переживаете. Но как только вы вернули внимание — переживание вернулось. Оно не «включилось» заново — оно просто стало актуальным.

Никакой «тёмной» обработки здесь нет. Есть два режима:

- Автоматический (нет переживания, потому что нет актуальности).
- Осознанный (есть переживание, потому что есть актуальность).

Переключение между ними — это не «появление» и «исчезновение» сущности. Это смена режима работы одной и той же системы. И в этом смысле субъективность неизбежна, как только система переходит в режим осознанного выбора альтернатив.

ОБОБЩЕННАЯ МОДЕЛЬ ПОНИМАНИЯ СУТИ СУБЪЕКТИВНОСТИ (Согласно МВАП)



Возможные контраргументы (и почему они не работают против модели)

Контраргумент

Ответ модели

"Но зомби всё ещё логически мыслим!"

Мыслим только потому, что вы не определили, что именно убираете. Если убрать "переживание", вы меняете функциональную архитектуру. Зомби не идентичен.

"Это просто переименование сложной адаптивности в субъективность"

Нет, потому что "внутренняя значимость" — это не внешняя метка, а режим работы системы, при котором оценка производится относительно собственного состояния. Это онтологически иной уровень.

"А как же квалиа красного цвета?"

Квалиа — это не "внутренняя краска", а функциональный ярлык, которым система маркирует высокосзначимый паттерн. Он не существует отдельно от значимости.

"Модель не даёт чётких экспериментальных предсказаний"

Даёт: (1) при нарушении связи значимости → деперсонализация, (2) при лоботомии → утрата произвольного выбора и переживаний, (3) при отсутствии новизны → угасание переживания.

Заключение

Субъективное переживание — это не загадка, не эпифеномен и не отдельная сущность. Это:

1. Способ существования адаптивной системы, переживаемый изнутри.

2. Неизбежное следствие наличия семантической памяти, эгоцентрической значимости и произвольного выбора альтернатив.

3. Форма организации материальных процессов, неотделимая от их содержания.

Вопрос «почему есть переживание?» заменяется на вопрос «как работает система, которая переживает?». А на этот вопрос МВАП даёт полный, проверяемый и реализуемый ответ.

Визуально понятные схемы

Вот 6 схем, которые логично закрывают именно те места, где обобщение сейчас остаётся чисто текстовым и теряет наглядность. Они напрямую иллюстрируют три столпа модели и самые сильные «неоспоримые следствия».

1. Семантический кадр = квант переживания

Три неразрывных блока, которые вместе образуют один «кадр»:



2. Архитектура адаптивной системы (почему зомби невозможен)

Красная рамка или перечёркнутый блок: «Если убрать любой из верхних уровней — система теряет либо выживание, либо произвольность. “Тёмная” система с полной адаптивностью логически невозможна».

Цепочка от гомеостаза до произвольного выбора с двумя режимами:

АРХИТЕКТУРА АДАПТИВНОЙ СИСТЕМЫ (ПОЧЕМУ ЗОМБИ НЕВОЗМОЖЕН)

(согласно теории МВАП)



3. Форма и содержание (критика Чалмерса)

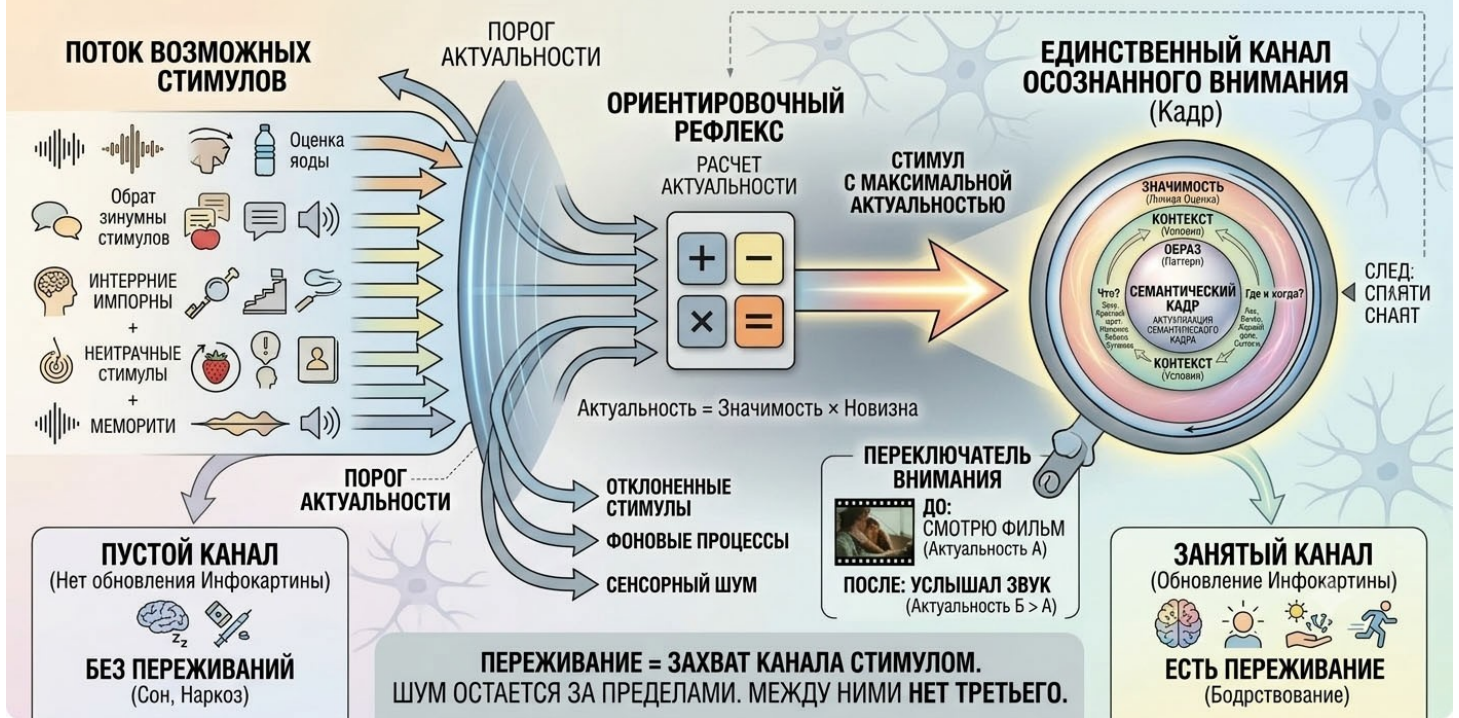
Два параллельных описания одного и того же процесса:



4. Динамика кадра и единственный канал внимания

«Прожектор» внимания, который в каждый момент может быть наведён только на один стимул:

ДИНАМИКА КАДРА И ЕДИНСТВЕННЫЙ КАНАЛ ВНИМАНИЯ (fornit.ru)



5. Жизненный цикл переживания (что остаётся после)

Три возможных исхода одного и того же переживания:

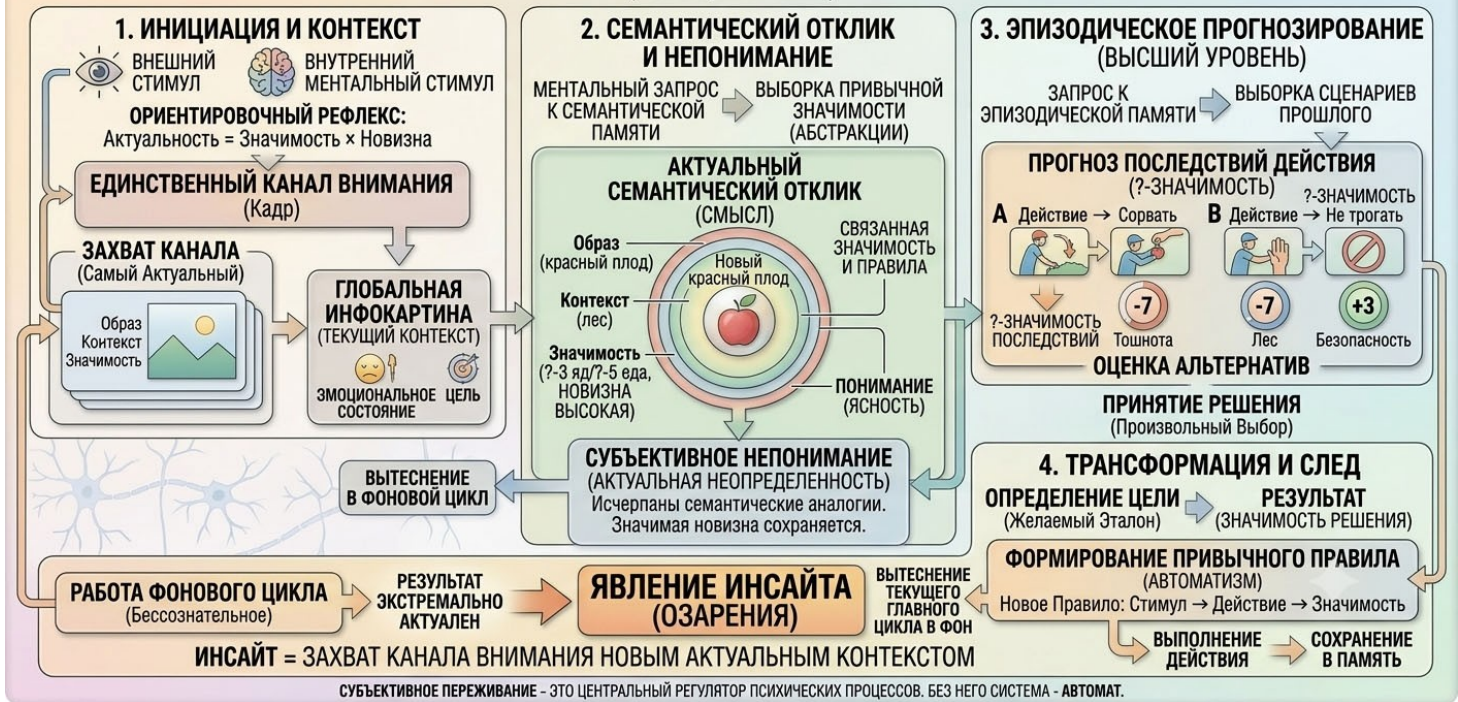


6. Общая схема цикла осмысления

Схема алгоритма, описанного в fornit.ru/68516 – главный цикл осознания и фоновые циклы, которыми становится главный, вытесненный более актуальным стимулом. Еще то, что если при работе фонового цикла в нем результат оказывается экстремально актуальным, то такой фоновый становится снова главным (явление инсайта), вытесняя текущий главный в фон.

Алгоритм осмысления и функция актуального отклика семантической памяти:

АЛГОРИТМ ОСМЫСЛЕНИЯ С АКТУАЛЬНЫМ ОТКЛИКОМ СЕМАНТИЧЕСКОЙ ПАМЯТИ (по теории МВАП)



Представленная схема иллюстрирует структуру и динамику процесса осмысления согласно Модели Волевой Адаптивности Психики (МВАП). Она показывает, как система переходит от первичной ориентации к формированию новых правил поведения через механизмы внимания, семантическую оценку и эпизодическое прогнозирование.

Основные блоки схемы и их назначение:

1. Инициация и Единственный канал внимания (Блок 1)

- Входные стимулы: процесс запускается при появлении внешнего или внутреннего ментального стимула.
- Ориентировочный рефлекс: определяет текущую Актуальность объекта по формуле:

Актуальность = Значимость × Новизна

- Глобальная инфо-картина (Кадр сознания): В единственный канал внимания попадает только тот объект или задача, чей показатель актуальности в данный момент является максимальным.

2. Актуальный отклик семантической памяти и непонимание (Блок 2)

- Запрос к семантической памяти: попавший в внимание объект запрашивает из памяти привычные абстракции, смыслы и правила.
- Ядро актуального отклика (Смысл): формирует текущее понимание на основе объединения параметров: *Образ + Контекст + Связанная значимость + Правила*.
- Субъективное непонимание (Неопределенность): возникает, если известные семантические аналогии исчерпаны, но высокая значимость и новизна сохраняются. Непонимание перенаправляет процесс на высший уровень — к эпизодическому прогнозированию, либо вытесняет задачу в фоновый цикл.

3. Эпизодическое прогнозирование и оценка альтернатив (Блок 3)

При невозможности разрешить задачу на уровне семантических автоматизмов включается высший уровень адаптации:

- о Система извлекает из эпизодической памяти прошлые сценарии и строит гипотетические варианты действий (А, В и т.д.).
- о Производится оценка прогнозируемой значимости (?–значимость) каждого последствия (например, ожидаемый негативный или позитивный эффект).
- о На основе сравнения альтернатив происходит принятие решения (произвольный выбор).

4. Трансформация, инсайт и автоматизация (Блок 4)

- о Инсайт (Озарение): если задача была вытеснена в бессознательный Фоновый цикл, процесс поиска аналогий продолжается пассивно. При нахождении решения результат получает экстремальную актуальность и мгновенно захватывает канал внимания, вытесняя текущий контекст.
- о Формирование автоматизма: после успешного выполнения действия и подтверждения его результативности формируется новое привычное правило (автоматизм), которое сохраняется в памяти и снижает новизну стимула в будущем.

Ключевой вывод теории: семантическая оценка выступают центральным регулятором психических процессов. Без взаимодействия с механизмом актуального семантического отклика (а на следующем уровне осмысление – с эпизодами исторической памяти) система осознания остается жестко детерминированным автоматом.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Внешние публикации

1. Chalmers D.J. *The Conscious Mind: In Search of a Fundamental Theory*. — Oxford University Press, 1996.
2. Чалмерс Д. *Сознающий ум. В поисках фундаментальной теории* / Пер. с англ. В.В. Васильева. — М.: URSS, 2015.
3. Chalmers D. Does Conceivability Entail Possibility? // *Conceivability and Possibility* / Ed. by T.S. Gendler & J. Hawthorne. — Oxford University Press, 2002.
4. Kirk R. Sentience and Behaviour // *Mind*. — 1974. — No. 83. — P. 43–60.
5. Dennett D.C. *Consciousness Explained*. — Little, Brown and Co., 1991.
6. Nagel T. What Is It Like to Be a Bat? // *The Philosophical Review*. — 1974. — Vol. 83, No. 4. — P. 435–450.
7. Tulving E. *Elements of Episodic Memory*. — Oxford University Press, 1983.
8. Squire L.R. Memory and the Hippocampus: A Synthesis from Findings with Rats, Monkeys, and Humans // *Psychological Review*. — 1992. — Vol. 99, No. 2. — P. 195–231.

Ключевые работы по теории МВАП

9. Петрийчук Н.Д. *Основы фундаментальной теории сознания*. — М.: Русайнс, 2024. — fornit.ru/68715.

10. Петрийчук Н.Д. Трудная проблема сознания Чалмерса закрыта // *Научный форум: Инновационная наука*. — 2025. — № 4(83). — fornit.ru/69784.
11. Семантическая память — основа субъективных переживаний. — fornit.ru/102588.
12. Эгоцентрическая значимость. — fornit.ru/70018.
13. Ориентировочный рефлекс и ощущение. — fornit.ru/70759.
14. Глобальная информационная картина (инфокартина). — fornit.ru/68540.
15. Цикл осознания актуального стимула. — fornit.ru/68516.
16. Эпизодическая память и кадры осознания. — fornit.ru/67560.
17. Гештальт как незавершённое переживание. — fornit.ru/68503.
18. Самосознание как рядовой эффект. — fornit.ru/102737.
19. Деперсонализация и сбой в механизме привязки. — fornit.ru/102739.
20. Модель понимания и образ себя. — fornit.ru/102682.