



**БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ СОЗНАНИЕ.
ДУАЛЬНОСТЬ ОДНОЙ ИГРЫ**

ТИПИКИНА Ю.А.

Юлия Типикина

**Бессознательное сознание.
Дуальность одной игры**

«Автор»

2026

Типикина Ю. А.

Бессознательное сознание. Дуальность одной игры /
Ю. А. Типикина — «Автор», 2026

Сознание, бессознательное и поиск того, кто наблюдает внутри нас. Написано
Практиком-реконструктором, переводчиком и популяризатором аутентичных
систем самоисследования.

© Типикина Ю. А., 2026

© Автор, 2026

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	5
ИМЕННО ОТСЮДА, ПОЖАЛУЙ, Я НАЧНУ	7
Конец ознакомительного фрагмента.	8

Бессознательное сознание. Дуальность одной игры

ВВЕДЕНИЕ

Прежде всего мне хочется сказать о том, кем я не являюсь. И это важная часть, которая не будет нарушать этику и чувства специалистов разных областей.

Я не нейробиолог, не психолог и не исследователь сознания в академическом смысле. Я не претендую на научное открытие и не пытаюсь предложить ещё одну теорию, которая должна объяснить устройство человеческого мозга, сознания или бессознательного.

То, что действительно меня характеризует, я бы назвала иначе.

Я — практик-реконструктор, переводчик и популяризатор аутентичных систем самоисследования.

Более пяти лет я посвятила изучению восточных игр и связанных с ними философских традиций. Для меня это оказалось одним из наиболее глубоких способов соприкосновения с той частью восточной мысли, которая сегодня особенно мне близка: с буддийской философией, с традициями самоисследования и, что не менее важно, с тем, каким образом подобные знания передавались от человека к человеку на протяжении столетий и каким образом мы пытаемся передавать их сегодня.

Чем глубже я погружалась в эту работу, тем яснее становилось: невозможно изучать древнюю систему отдельно от языка и культуры, внутри которых она возникла.

Перевод — это никогда не просто замена одного слова другим.

За одним понятием иногда стоит целая система представлений о человеке и мире. Слово, которое кажется очевидным в одном языке, в другом может приобретать совершенно иной оттенок. Иногда достаточно немного изменить формулировку — и философская идея, пережившая несколько столетий, незаметно превращается в современную интерпретацию. Поэтому в своей работе я старалась придерживаться одного принципа: не объяснять традицию тем, чем мне хотелось бы её видеть.

Не добавлять к ней собственную эмоциональную окраску только потому, что так она становится понятнее или привлекательнее. Не превращать древнее знание в подтверждение собственных убеждений. Не пытаться любой ценой сделать его «современным». Мне было важно другое — насколько это вообще возможно, сохранить внутреннюю логику системы, глубину философии, культурный контекст и первоначальный смысл, а уже после позволить человеку самому вступить с этим знанием в диалог.

Наверное, именно поэтому меня так заинтересовали игры. Потому что игра — это удивительная форма передачи знания. Она не требует сначала поверить или согласиться и не говорит человеку, какой вывод он должен сделать.

Игра создаёт пространство, внутри которого знание можно не только услышать, но и пережить. И, возможно, именно поэтому подобные системы существовали так долго. Знание вообще редко передавалось исключительно посредством текста. Оно передавалось от учителя к ученику — через объяснение, наблюдение, вопрос, опыт, повторение. Но даже в этой привычной формуле «учитель — ученик» уже скрывается любопытная дуальность. Любой ученик в определённый момент становится учителем для своего учителя. Вопрос ученика заставляет учителя заново посмотреть на то, что казалось давно понятным. Непонимание одного обнаруживает слепую зону другого. Передавая знание, человек неизбежно снова сталкивается с ним сам.

И тогда становится уже не совсем понятно, кто именно кого учит. Наверное, что-то похожее постепенно произошло и со мной. Я начинала с желания понять системы, но затем захотела восстановить их контекст, а далее перевести и попробовать понять, каким образом они работали и почему вообще возникли.

Среди таких систем были восточные игры самоисследования, включая **Jñāna Saupāḍa**, традиции, из которых позднее выросли различные формы современной «Лилы», а также китайская традиция **Xuanfo Tu**.

Но чем дольше я изучала устройство этих игр, тем меньше меня интересовал вопрос: «Как правильно в них играть?» и тем больше интересовал: «Зачем вообще были созданы такие игры?» Что именно человек должен был увидеть в процессе игры? Почему философское знание было помещено не только в трактат, наставление или религиозный текст, но и на игровое поле? Также, почему человек должен двигаться по нему, останавливаться, сталкиваться с определёнными состояниями, интерпретировать их, узнавать в них себя?

И пожалуй главный вопрос: что именно внутри человека должна была затронуть такая система? Сознание? Память? Убеждения? Автоматические реакции? То, что сегодня мы часто объединяем очень широким и не всегда точно определённым словом — бессознательное?

И если подобная система действительно способна показать человеку нечто, чего он прежде в себе не замечал, возникает следующий вопрос: что с этим знанием делать дальше? И это самый неудобный вопрос, оказался для меня.

ИМЕННО ОТСЮДА, ПОЖАЛУЙ, Я НАЧНУ

Мысль, которую мне долго было трудно сформулировать, я формировала долгое время и упорным трудом структурировала. Потому что любая попытка выразить её простыми словами почти сразу приводила к другому вопросу, затем к ещё одному — и в какой-то момент становилось непонятно, где заканчивается первоначальная идея и начинается гораздо более фундаментальная проблема.

Я начала просто размышлять о сознании и бессознательном.

Мы многое знаем о работе человеческого мозга, но при этом всё ещё не имеем исчерпывающего ответа на вопрос о том, что такое сознание и почему вообще существует субъективный опыт. Мы можем исследовать нейронные процессы, память, внимание, восприятие, обучение, автоматические реакции. Мы можем наблюдать, каким образом предыдущий опыт влияет на последующее поведение, как возникают привычки и ассоциации.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.