

Исследование о сознании свидетеля

Паула Сэйджер (Paula Sager)

<http://authenticmovementcommunity.blogspot.com/2007/09/survey-exploring-witness-consciousness.html>

Я работаю над тезисами к магистерской диссертации о роли «свидетеля» в процессе саморазвития и у меня есть несколько вопросов:

Может ли практик, с хорошо развитой способностью удерживать свидетеля, как внутреннего, так и внешнего, оказать помощь в поддержке развития личной осознанности в других людях? Как можно развивать и усиливать способность быть свидетелем?

Я разработала это исследование для практикующих, которое является частью феноменологического изучения роли движущегося и свидетеля в дисциплине Аутентичного Движения. Несмотря на то, что я уже обработала всю собранную для исследования информацию, редакторы этого сайта предложили мне разместить данный текст для всех тех, кто бы хотел исследовать и самостоятельно найти ответы на эти вопросы. – Паула Сэйджер

Исследование о сознании свидетеля

Внешний свидетель в опыте движущегося в практике Аутентичного Движения.

Мне интересен любой опыт, которым вы можете поделиться как движущийся по отношению ко внешнему свидетелю. Несколько возможных вопросов для размышления:

- Будучи тем, кто движется, менялся ли со временем ваш опыт ощущения присутствия внешнего свидетеля?
- Что бы вы хотели от внешнего свидетеля?
- Что из действий внешнего свидетеля является для вас поддержкой?
- Что из действий внешнего свидетеля вам мешает?
- Как бы вы описали свой опыт «меня наблюдает» внешний свидетель?
- Случалось ли, что вы не ощущали себя «наблюдаемым» внешним свидетелем?

Внутренний свидетель в опыте движущегося в практике Аутентичного Движения.

Мне интересен любой опыт, которым вы можете поделиться как движущийся по отношению к собственному внутреннему свидетелю. Несколько возможных вопросов для размышления:

- Как вы ощущаете и переживаете вашего внутреннего свидетеля?
- Менялся ли со временем ваш опыт внутреннего свидетеля?
- Отличается ли ваш опыт внутреннего свидетеля, когда вы двигаетесь, и когда наблюдаете? Если да, то как?

Опыт внешнего свидетеля в практике Аутентичного Движения.

Мне интересен любой опыт, которым вы можете поделиться в качестве внешнего свидетеля. Несколько возможных вопросов для размышления:

- Отличается ли ваш опыт внешнего свидетеля от повседневного восприятия и наблюдения? Если да, опишите.
- С позиции внешнего свидетеля, менялось ли со временем ваше переживание внутреннего свидетеля?
- Можете ли вы назвать внутренние помехи и препятствия [наблюдения?], и каким образом они затрудняют ваше наблюдение движущегося?
- Можете ли вы назвать внутренние помехи и препятствия [наблюдения?], и каким образом они затрудняют ваше наблюдение себя?
- В качестве внешнего свидетеля, есть ли какие-либо особенные моменты, которые вы взвешиваете, прежде чем предложить устную обратную связь движущемуся?

Был ли у вас опыт ясного осознания [узнавания?] внутреннего свидетеля в то время, как вы двигались и/или наблюдали за другим движущимся? Пожалуйста, опишите насколько возможно точно и подробно, что вы помните из этого вашего опыта.

Есть ли что-нибудь, что бы вы хотели добавить о внешнем свидетеле, об опыте движущегося, за которым наблюдает внешний свидетель, о вашем опыте внутреннего свидетеля?

©2007 Paula Sager

перевод Алексея Константинова
(amovement-minsk@googlegroups.com, 1.2008)