

从体会形成到直指对象形成

作者：李明

20200425

本文是在第二届亚洲聚焦大会上发表的“从小直指对象到达直指对象”（中国上海华东师范大学、2019年11月9日）的修改版。本文的日语版已在日本聚焦协会季刊2020NL春号发表。

简德林在《过程模型》（1997，以下APM，2003电子版）中把《聚焦》（1981）中的体会（felt sense）的形成发展到了直指对象（Direct Referent）的形成。简德林说过体会是直指对象。但是如果单纯地把体会和直指对象两者完全等同的话，我们就难以理解简德林的这个理论发展对于聚焦实践的重大意义。本文尝试理解简德林的聚焦的真意，把笔者的聚焦实践与此交叉来探索促进直指对象形成的方法。

关键词：体会、直指对象、全身意感、直接指向、关连、交叉等

1 神奇的直指对象

直指对象是聚焦最终到达的一种身体意感，非常特别又难以言说。当直指对象形成，我们在VIII的层面去看VII的问题或者困境，如同一览众山、鸟瞰迷宫，即便VII层面的问题还没有任何变化，但问题的背景整体已被推进，那些问题已经不再是问题，而只是下一步需要说的话和需要做的事，而且我们也已经知道应该怎么把那些创造出来，身体已经做好了准备。

例1：聚焦者从自己伤害性的亲密关系模式——“惊讶”、“头顶收紧”的体会——开始探索，最后到达了直指对象：“个人、关系、自然都在一个和谐整体中。人很小但心很大，像佛……”她聚焦后的感想是“我今天才真正体会到了直指对象，完全不是体会所能够比拟的，就像进入到一个殿堂，里面金碧辉煌，玲珑剔透。现在还在回味……”

例2：聚焦者的问题是和女友的关系困境，开始他用“舍不得”的“溶液”来比喻他复杂的体会。最后他到达了“坚实而通透”的直指对象：“这个感觉太棒了！我明白了！（笑）{笑}谢谢！谢谢！太幸运了！（笑）哇啊！（笑）”。聚焦者一年半后的回顾是：“‘坚实而通透’已经成了我的一种存在方式。”

在VII的层面，我们解决问题通常都是动脑筋、想办法，最聪明的人甚至可以来一个“头脑风暴”（“直接背景交叉”，APM,p258）。但是这些都是部分性思考，即便想出了办法也常常会与其他部分冲突，成为另一个问题的起因。而和暗隐的东西一起思考（Thinking With The Implicit）是**整体性的、不脱落细节的普遍性思考**。直指对象一旦形成，就不仅已经考虑到了VII的这个问题的背景整体，而且考虑到了VII层面上的一切关连¹（APM,p247）。直指对象不仅解决了VII的这个问

题，而且可以满足甚至超越VII层面的一切要求和暗含²（APM,p267）！

例3：聚焦者开始的体会是“一个很弱小的孩子从沉重僵硬的盔甲中爬出来，坐在旁边歇一歇”（哭泣）……最后她对直指对象的隐喻是一个17、18岁的男孩穿着富有弹性、韧性、最新版的蜘蛛侠战衣活泼地跳来跳去。她在整理空间时搁置的几个问题现在都已不成为问题了。而且这个蜘蛛侠甚至还有“英雄联盟”！

2 VIII过程的二重化

理解简德林对VIII过程的二重化的论述（APM,p238）³，即聚焦过程和全身意感（whole body-sense，复杂性）的推进过程二重化的思路对于我们的聚焦实践来说极为重要。在聚焦以前，全身意感只偶尔有个别的点（bit），但从未有过变化的序列。由于在聚焦中人为地创造出了一个新的环境——全身意感通过聚焦互动发生了一系列的点——成序列的变化——于是全身意感发现了这个新环境，收到了这一串新信息，就好像醒过来了一样，开始在这个新环境中自行做它必须要做的事情了。

这有点像老式发动机。开始先用手摇，把发动机转起来，然后，发动机开始自行转动了。也就是说，首先是通过聚焦互动，全身意感发现了自身在变化、在被推进的第一个序列，然后作为“与生俱来（incipient）”的自然过程即全身意感开始自行推进，这是第二个序列。后者比前者更根本。一个自然过程在人为的新环境中推进，这种二重化的方式才是VIII的过程⁴（APM,p240）。

南传佛法中有一个思路，叫做一切练习都是为了唤起某个自然过程创造因缘条件。聚焦也是如此。聚焦的一切互动都是为了唤起VIII的过程，都是创造这个——直指对象形成的——过程发生的新环境。所以可以说聚焦中能唤起全身意感自主前行的任何做法都是正确的。

例4：聚焦者原想聚焦关于某人的一个梦，但是整理完了空间后，她没有去聚焦那个梦，只是待在整理好的空间中。最后她推进到了直指对象：“我是一棵活得很充分、生命很绽放的树，内外能量通畅，内部没有阻滞，树干是透明的，所有潜能都可以自如地生发呈现。当我回头再去看那个梦，就像一棵顺畅透明的树在看另一棵阻滞的树，相信那棵树如果也有怎样都可以的空间，也会变成一棵透明的树吧。”

3 体会是直指对象吗？

体会通常被认为是关于某个情境整体的身体意感（bodily sense）。体会总是和聚焦相关连。当我们关于某个情境开始直接指向什么都还没有的内在，体会会慢慢出现，而且开始的时候体会总是模糊不清晰。随着我们不断地直接指向体会，体会会慢慢清晰起来，体会的意味也可以用语言或其他象征表达了。体会是关于某个情境整体的身体意感，然而一个被特定的体会总只表现为全身意感的某个可认知侧面。因此我们可以既可以把体会的转化（shifting）看作体会₁→体会₂→体会_n向前的推进，也可以理解为同一个体会的侧面₁+侧面₂+侧面_n的整体化过程。两者是一回事。

简德林明确地把直指对象区分为“还在形成中（“凝结中”的、“胚胎期”的）直指对象”和“已经形成了的（“凝结了的”、“新生儿”的）直指对象”⁵（APM, p234），所以“体会是直指对象吗？”这个提问可以分为“体会是‘还在形成中的直指对象’吗？”和“体会是‘已经形成了的直指对象’吗？”两个提问来探究。

(1) 体会是“还在形成中的直指对象”吗？

从Ⅷ过程二重化的观点来看，全身意感会通过自身变化对聚焦的人为互动作出回应，这种作为回应的身体意感是体会。同时，这个身体意感又是作为自然过程的全身意感序列上的一点，即——还在形成中的直指对象。作为聚焦互动结果的体会序列和全身意感序列是二重化着的两个序列。所以体会既是、又不是“还在形成中的直指对象”。

简德林虽然区分了“还在形成中”和“已经形成了”的直指对象，但是他在用语上却仍用一个直指对象的用语混指两者，这给我们理解直指对象带来了困难。或许是简德林怕带来误解而不愿意用两个不同的用语来表示一个序列上的东西⁶（APM, p234）吧。

在莫把西瓜苗当南瓜苗的语境中，强调西瓜苗是西瓜。但在西瓜甜美解渴的语境中，说西瓜苗甜美解渴就难以理解了。简德林在不同的场合说过体会是直指对象。他这里说的直指对象如果不是“还在形成中的直指对象”，那一切都说不通了。因为简德林明确指出只有“形成了”的直指对象才能单子化（Monading），才存在 IOFI 的空间⁷（APM, p253）。而常识上我们知道例如“糟糕”或“动弹不得”⁸（APM, p229-230）的这些“还在形成中的直指对象”并不具备“已经形成了的直指对象”几乎所有的适用功能。

末武有一个有趣的发现（末武康弘、2014）。在《过程模型》（2003 电子版）第Ⅷ章 p. 245 之前论述聚焦的部分，直指对象都是小写的 direct referent。而在后面论述单子化、IOFI 空间以及新的普遍的部分，几乎都是大写的 Direct Referent (DR)。末武在他翻译的日语版《过程模型》的译者注 141 中猜测道：“小写的 direct referent 和大写的 Direct Referent (DR) 有什么不同本书中没有明说，不过，Ⅷ的过程中形成、凝结了的 direct referent’是不是就是大写的 Direct Referent (DR) 呢？”关于末武的猜测，现在有不同的见解，然而这个发现引发了笔者对直指对象的关注。

在西瓜苗不被误解为南瓜苗的前提下，用两个用语来体现简德林对直指对象的区分在聚焦实践上是有必要的。如果用“直指对象”特指“已经形成了的直指对象”，那我们还需要一个特指“还在形成中的直指对象”的用语。在这个用语出现之前，为了方便，本文以下暂且借用现成的“体会”来指代“还在形成中的直指对象”，虽然这在二重化的意味上并不十分准确。

(2) 体会是“已经形成了的直指对象”即直指对象吗？

直指对象也是对人为互动的回应，但是更多地表现为是一个自然过程推进的最终结果，与体会有明显的不同。

表 2：体会和直指对象比较表

比较例	体会	直指对象
开始的清晰程度	不清晰	清晰。“直指对象不是任何模糊的感受……” (APM, p267)
是否变化	不断变化	一旦形成就“不再变化、不再形成。” (APM, p235)
单子化 (Monading) 适用功能	不能	直指对象“在一切事物中都单子化。” (APM, p246)
觉察层次	VII的部分性的“自我意识 (self consciousness)” (APM, p133)	VIII的整体性的“自我理解 (self understanding)” (APM, p244)
解决问题的功能	只有陈述问题的功能，但没有解决问题的功能。	“这个对象是其自身进一步的活向前，是这个问题一个推进、一种解决。” (APM, p235)
IOFI 空间	无	“在直指对象没有形成的地方不存在 IOFI 空间。” (APM, p253)
象征化	通过象征化存立。	“直指对象是某种新种类的 (没有象征的) ‘象征化’！” (APM, p247)
表达的是某个侧面还是整体	侧面	整体
有没有VIII的新的普遍性	没有	有 (APM, p248)

通过这个比较表，我们可以说体会不是直指对象。而且，体会形成与直指对象形成还有先后的因果关系，诸体会形成是直指对象形成的环境条件，我们可以把一个聚焦过程分为诸体会形成和直指对象形成两个阶段。

另外，更重要的，体会和直指对象在形成方法上也有明显不同。前者主要是指向和表达身体意感，是部分性的理解。后者是逻辑性的重构，是整体的理解。

只有整体才能赋予诸部分功能和意味。只有积累对诸部分的理解才到达对整体的理解（简德林，“回应的秩序”，1997）。不仅是聚焦，《过程模型》的写作和 TAE 都是这两种方法二重化的实例（简德林，“TAE 序文”，2004）。

以下要尝试用简德林《过程模型》以及《体验过程和意味的创造》（2016 年纸质版，以下 ECM）中的论述与笔者自身的聚焦实例相交叉来进一步探讨两者的不同方法。

4 诸体会形成的主要方法——直接指向和表达的循环

从 VIII 过程二重化的观点来看，诸体会形成阶段，我们的目的是通过各种各样的聚焦互动创造足够多的体会。一连串的体会既构成全身意感的诸侧面，又推进全身意感不断变化。一旦全身意感的推进形成了序列，就构成了直指对象形成的新环境了。

我们已经很熟悉体会的形成方式，即在搁置了 VII 的情绪和感受后，直接指向（Direct Reference, ECM 第 III 章 A）关于某个情境整体的身体意感并把它表达（象征化）出来。直接指向是我们与身体意感互动的基本方式，而且调整直接指向的姿态（stance）可以推进身体意感⁹（APM, p239）。

表达（Expression）也是我们与身体意感互动的基本方式，身体意感只有被表达了之后才存立，才能被认知、被理解、被传递。不仅如此，身体意感对于这个表达还会通过身体意感变化的方式作出回应¹⁰（APM, p239-240），不断尝试正确表达亦能推进身体意感。

一个被表达的体会只是全身意感非数量性的、可认知侧面中的一个特定侧面¹¹（ECM, p187），而全身意感是多样化的，整体总有未被认知、未被表达的侧面（ECM 第 IV 章）。所以一旦一个体会被确认、被表达，我们需要“创造性回归（Creative Regress, ECM, p172-173）”¹²到全身意感，而不是在体会表达的自身意味上探索，因为体会的主要意味并不在其自身而在它与其他体会（侧面）的关系即整体中。我们离开一个被表达的体会，回归——再次直接指向——全身意感并通过进一步表达来再一次发现或创造新的体会、新的侧面。这样循环下来，我们可以得到一连串的体会，与此同时全身意感也被推进了。

内在整合或是直指对象形成的另一个前提环境。如果内在是隔离的、破碎的，牵扯太多太重，就很难作为一个整体向前推进。整合包含创伤的疗愈。创伤是一种痛苦的、压倒性的体验。为了保护我们不再感受到这种痛苦，身体会在内在隔离出一些“部分（part）”来，把它们“冻结（Frozen structure）”在那里。我们看到，为疗愈创伤而做的聚焦一般到诸体会形成阶段就结束了，通常不大会推进到直指对象形成。当创伤得到基本疗愈，部分消融在整体之中，身体意感就比较容易作为一个整体朝直指对象推进。

5 直指对象形成的主要方式——关连（Relevance）

在形成体会阶段我们主要是通过直接指向和表达的循环形成身体性的诸体会，而在直指对象形成阶段我们主要是通过关连来重构（reconstitute）全身意

感序列及其与背景（Context）整体、情境整体的关连，形成全身意感进一步推进的新的环境，促成一个直指对象的形成。

全身意感是暗隐复杂性（implicit intricacy）。我们实际生活中的问题都很复杂，原本就和各种各样的环境关连（eveving，万事互连化）在一起。聚焦中的许多关连是自行发生的，聚焦者会自然浮现或联想起一些过去的或其他的体验和情境。在诸体会形成的过程中已经有关连帮助我们理解体会的意味，不过那些是部分或侧面性的。

现在，我们要通过诸体会来重构全身意感的序列，然后进一步将其与情境整体、背景整体相关连，理解全身意感的意味，这种关连是整体性的。全身意感、情境整体、背景整体、关连整体等在整体性地互动，通过这种关连性互动，全身意感被更整体性地、更普遍性地理解了。这种新的理解会进一步推进全身意感到下一步——直指对象形成。

如果我们保持开放性，许多关连和交叉能自然发生。能不能形成直指对象虽然由不得我们掌控，但我们也可以尝试一些例如以下的促进。

（1）通过小结重构整体

当我们形成了一个体会，然后再创造性地回归全身意感的时候，全身意感或已通过这样的互动被推进，下一个形成的体会或已是整体下一个点上的某个侧面了。所以一个体会既是整体的某一个侧面，又是整体序列上的某一个点。我们或可以用螺旋向前的隐喻来理解既是“侧面”又是“推进”的诸体会，将它们重构成一个整体的序列。

然而，聚焦者通常总是在当下地、碎片地指向和表达，并不一定记得清之前说过的内容，这个时候或需要倾听者的帮助。笔者发现倾听者的小结性反射在重构整体中很有效。当倾听者把聚焦者之前形成的诸体会各自与情境各个侧面的关连以及体会推进的逻辑过程整合成一幅全图展示给聚焦者，这其实是在帮助聚焦者重构整体序列，下一步聚焦者常常会有进一步的推进。

例5：…… 倾听者：当我们挨了打，被剃了阴阳头，感觉到强烈的羞耻，我们会有愤怒，我们会有一团火在那里滚，但是我们不能够怪谁，（嗯）不能够恨谁，这个东西出不来。这是个什么东西呢？如果这个东西要是能出来了，是一句什么样的话呢？我们已经知道了这句话：“我他妈的……！”后面是省略号，我们不去想，我只是呆着，看一看。

聚焦者：就是，就这样了，就是，好像没有什么特别的。但是我对自己去攻击权威也比较理解了吧……

（2）关于关连的叩问

到现在为止，我们即便把一连串体会理解成为一个全身意感序列，它总仍然还是身体性的¹³（APM,p241）。这个全身意感还需要去发现和创造与情境整体、背景（例如过去的体验）整体、其他的关连整体的各种各样的关连，这样全身意感才能理解其自身，才能推进它暗含的下一步——直指对象的形成。

叩问（questioning、ask）是“与暗隐一起思考”的方法之一，也是“体验过程程序（experiencing procedure， RCM,p179）”中的一个关键步骤，有点

像禅宗的“疑情”。如果叩问而不思考，叩问的压力就朝向暗隐，暗隐就开始工作了。在体会形成阶段，我们经常使用叩问。在直指对象的形成中，我们当然也可以使用叩问来尝试关连。在叩问而不思考答案的沉默之后，往往有意想不到的结果。

例 6：……倾听者：最后，还有一个想问的是，这个伤感、艰难、真努力过了呀的感觉，如果这个感觉现在要传递什么的话，如果要向你传递什么的话，现在会说些什么呢？

聚焦者：{沉默 30 秒}请再给一点时间。（啊，慢慢来，慢慢来。）{沉默 58 秒}
浮现上来的是家人的相互支持……

(3) 倾听者的交叉 (crossing)

倾听者的体验或理解的主动交叉尝试常常有推进作用。笔者作为倾听者的交叉一般都在直指对象形成阶段进行。如果聚焦者对倾听者的交叉有共鸣、受到启发，倾听者的体验或理解就成了聚焦者共有的了。如果聚焦者驳回了或部分驳回了倾听者的交叉，那也会促进聚焦者去发现和表达那个发挥判别功能的对的感觉是什么。倾听者在意的是聚焦者有没有被推进，而不是自己说得对或错，况且聚焦者事后也不怎么会记得或在在意倾听者说错了什么。

例 7：……倾听者：你说你很难有这个时间，是因为她排不上你的时间表，因为你有更重要的事情要做，所以你没有时间，是不是呢？

聚焦者：对，因为我在工作当中能够快速呈现出我的成就感。是的，带孩子、教育孩子这个过程太慢了，好像自己想要一个速成的结果，不想要陪伴的过程，我只想要我想要的那个孩子的样子……

(4) 由新的空间来推进

在直指对象的形成中，全身意感与情境整体、背景整体互动是在一个意识的新层次上进行的。这个新的意识层次类似于VII的反身性“自我觉察”，但比部分性的自我觉察高一个层次，是整体性的，简德林称之为“自我理解 (self understanding)” (APM, p261)。由于在这个层次中进行的都是整体性的互动，所以感觉到的空间十分广大。空间是互动的产物，而一个广大的新的空间又可以推进互动。有时候全身意感难以推进或仅仅是因为缺少空间，一旦有了这种空间，就能让过程自然重启和推进。这解释了为什么有的案例（例如本文例 3）仅仅待在新的空间中也可以推进到直指对象。

例 8：……聚焦者：{沉默 30 秒}突然觉得我的空间好大，（哦）好像我的包容性好大，我好像甚至能包容众生，或者是看到众生之苦的感觉。有点不好意思呀{笑}，像弥勒佛那么大！哈哈。虽然我知道您是在陪伴我，但是好像我也能把您也包容进去！

倾听者：好好，可以。我们说到当我们和人交往的时候，我们都会压抑自己的需要，然后去付出，就像被人割肉、被人吸血一样，直到我们受不了，我们再去把这个关系要去断掉，这样的一个模式在人际关系中经常的会出现。但是我们现在是弥勒佛，一个弥勒佛来看这些人际关系的做法或者现象，我们会看到什么呀？

聚焦者：现在看来，看似我在付出，看似我在让别人割肉、吸血，但实际上我背

后有一个非常大的需要（哦）……

(5) 直指对象的交叉

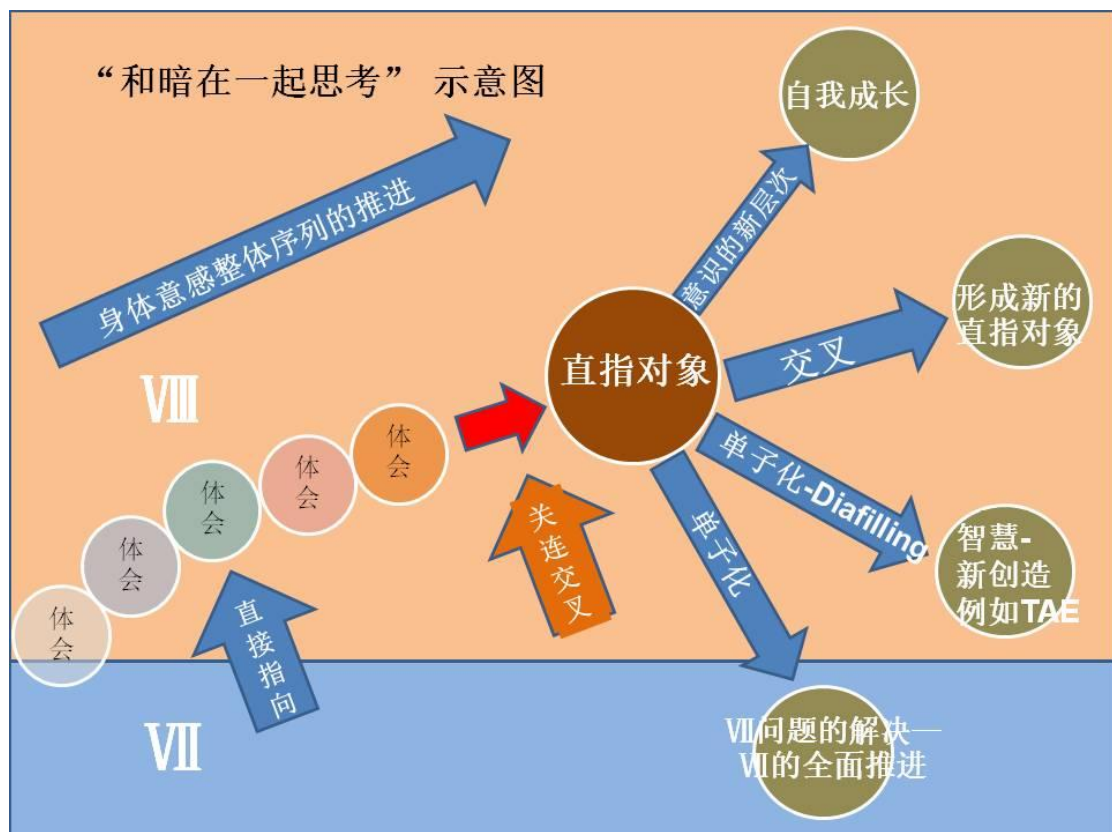
直指对象形成后很快便会感觉不到了，虽然它继续暗隐性地发挥功能，但它容易被忘却甚至退转。聚焦者根据面询录音做逐字稿既是又一次聚焦（从中会有新的感受和领悟），也是把直指对象用文字定形化、减少退转的做法。我们可以通过逐字稿来再次唤起直指对象，甚至在聚焦中有时候可以唤起直指对象来交叉。

例9：一位聚焦者形成了“巨大的我”、“像母亲一样宽厚”的直指对象。以后每次聚焦她都会邀请、唤起上一次形成的直指对象来支持这次的直指对象（“祖先”、“沙发”、“秤砣”）的形成。这些直指对象似乎都来自一个很大的东西，就像变形金刚有很多表现一样。

(6) 奇妙的“还有5分钟”

从笔者的聚焦实践来看，如果在一个例如1小时的聚焦面询中进展顺利能到达直指对象，那通常是前面大部分时间是通过直接指向和表达的循环形成诸体会，后面约三分之一的时间是在此基础上通过关连重构全身意感序列、理解身体、情境、背景等整体间的关连，而直指对象往往在最后几分钟里形成。而且在直指对象形成之前往往有一个或几个非逻辑性的、我们完全够不到的、朝向下一步的“一跃”。当倾听者告诉聚焦者“我们还有5分钟”，就好像在通知聚焦者的身体：时间不多了，要抓紧了！然后时常会有奇妙的推进。

6 小结：直指对象——通向人生智慧的枢纽



通过“和暗隐一起思考”过程示意图可以看到，直指对象占据着中心位置。一方面，直指对象的形成使得之前诸体会的形成有了意义。如果以往我们只是为聚焦而聚焦，满足于浅近的体会转化的话，那么而今我们开放视野，聚焦就有了形成直指对象这个方向和目标了。

虽然因聚焦主题的大小深浅以及聚焦者的能力等到达直指对象的难易各不相同、但是只要还没有形成关于某个问题的直指对象，关于这个问题的聚焦过程——无论需要多少次面询——就没还有完结。而直指对象一旦凝结、形成就“不再变化、不再形成”¹⁴(APM,p235)，这个聚焦过程就完结了。

一个直指对象的形成又是诸多适用过程的开始。直指对象一旦形成就可以单子化 (Monad Out) ——直指对象“和世界整体交叉、在世界整体中‘适用’”¹⁵ (APM,p264)——到VII的方方面面，推进VII的诸序列。例如通过TAE (Thinking At the Edge, 边缘思考) 我们可以创造自己新的词语和理论。有了直指对象，我们可以通过各种各样的交叉 (crossing 或 Monading-Diafilling) 创造新颖 (Novelty)。

直指对象是我们和暗隐一起思考的一个结果。这个VIII的过程既是内容性的向前变化推进，同时也是向上提升，越来越整体性、越来越普遍、越来越多的复杂性、越来越广大的觉察空间、IOFI 空间……。

我们也可以把VIII理解为形而上的“道 (Dao)”，VII是形而下的实例。无道则VII冲突混乱，有道则VII自然有序。一个直指对象形成就是一次领悟 (realization)，而诸直指对象的序列及其适用则会把我们引向开悟 (Enlightenment)。

我们不仅要在VII努力，更要努力向VIII提升。

在过程模型以及一系列著作中，简德林似乎就在引导我们如何从体会的形成到达直指对象的形成，进而引导我们通过“和暗隐一起思考”的各种适用过程“最终到达智慧”¹⁶(APM,p271)。

附记

感谢在本文作成中给予笔者指导的 Robert Paker 博士、池见阳教授、末武康弘教授。

参考文献

Gendlin, E. T. 《Focusing》,1981.

Gendlin, E. T. 《A Process Model》,2003.

Gendlin, E. T. 《Experiencing And The Creation of Meaning》,2016.

Gendlin, E. T. *A Direct Referent Can Bring Something New.*

Gendlin, E. T. *Crossing and Dipping:Some Terms for Approaching the Interface between Natural Understanding and Logical Formulation,1995.*

Gendlin, E. T. *Arakawa and Gins:The Organism-Person-Environment Process, 2013*

Gendlin, E. T. *The Responsive Order: A New Empiricism*, 1997

Gendlin, E. T. *Introduction to Thinking At the Edge*, 2004

池見陽 編著 《聚焦，倾听和心理临床学的更新换代》，2016.

末武康弘 ジェンドリンのプロセスモデルとその臨床的意義に関する研究，2014.

李明 从正念的四个维度看聚焦觉察的特点，2015.

李明 身体知的三个层次，2018.

其它略

注释和引用

¹ 直指对象的形成推进的（而且出现的直指对象的）整体不仅是什么样的VII序列都包含的整体。而且是拥有（感受、序列化）在VIII中决感知不到的、并且它自身在VIII中决说不出来、做不出来的、这样的整体。Direct-Referent-formation carries forward (and that the fallen out Direct Referent is) is not only the kind of whole that any VII-sequence implicitly involves. Rather, it is the having (feeling, sequencing) of a whole never capable of being sensed within VII, and not itself capable of being said or acted in VII-sequences. (APM, p247)

² 直指对象不是任何模糊的感受，它必须凝结成形而且并不是总是会形成。它被形成的时候某个问题或情境的VII背景整体（和暗在性地发挥着功能的其它诸序列的一切一起）实际地被推进着。也就是说，这些被暗含的要求的一切以某种方式被满足了。a direct referent isn't just any fuzzy feeling, it must jell, and doesn't always form at all. When it forms, the whole VII-context of some problem or situation (with all its implicitly functioning other contexts) has actually been carried forward, that is, all these implied requirements have in some way been fulfilled. (APM, p267)

³ 这里的旧的序列的特别事例是和它互动，是指向它，是等待它来，是追求它，等等。这些当然是特别的，但是是旧的序列的特别。例如，人必须以“亲和”的方式和与生俱来的直指对象互动。人必须“欢迎”它，等等。）但是，在这个新的种类的旧序列中，第二个推进发生了。（所谓第二个推进就是）身体意感整体发现其自身被推进了。身体感觉中的变化是新的环境，是新的种类的登录。人营造出来的互动活动及其结果产生的信息的生起是新的种类的旧的互动。但是，问题的身体意感整体的推进是某种新的、第二个推进。Here the special case of the old sequence is the interacting, the pointing, waiting, pursuing, etc. These are of course special, but they are of the old kind, a special case of them. (One has to interact with the incipient direct referent in the "friendly" way, for example. One has to "welcome" it, and so on.) But, in this new kind of old sequence a second carrying forward happens: the whole body-sense finds itself carried forward. Changes in body-sense are a new environment, a new sort of registry. The interactional move one made, and the resulting datum's coming, are a new kind of old interaction. But the carrying forward of the whole body-sense of the problem is a new, second carrying forward. (PM, p238)

⁴ 这些身体感受的变化是新的环境，是新的种类的序列中被形成的新的登录。。。新的种类的环境推进整体只有被二重化的方式，这才是新的。身体感觉在VIII以前没有作为某种环境自身发挥功能。(PM, p240) These new body-feel changes are a new environment, a new registry made in a new kind of sequence.

Only the doubled way a new kind of environment carries the whole forward, that is new. Body-sense has not, before VII, functioned as a kind of environment in its own right. (PM, p240)

⁵ 还在形成中的直指对象（就像邓肯持续等待、事情整体还没有充分恰好地被感觉到的时候那样）和已经形成的直指对象之间有区别。So there is a distinction between the direct referent still during formation, (as when Duncan waits, the whole thing doesn't feel quite right), and once it is formed. (PM, p234)

⁶ 把直指对象的呈现和它的转化分离为似乎是两个不同的现象是完全不正确的。有的时候它们是这样。但是直指对象、即整个问题的“感受”直到它突然开放并呈现“它是什么”之前它自身是被关闭并在形成中的。It isn't quite right to separate the coming, and the shifting, of the direct referent, as if they were always two distinct events. Sometimes they are. But the direct referent, the "feel" of the whole problem, itself is closed and still in formation until suddenly it opens, and "what it is" falls out. (PM, p234)

⁷ 2) 被直指对象可以单子化仅仅是因为它被凝固化了——即它是由VIII的推进出现的。只是感觉、感知什么并不拥有其特质。直指对象的形成要花时间。虽然是惊人的速度，但仍然需要一些时间。有些东西发生了。在它发生之前人不能单子化。在它发生之前可以做的只是不具有上述特质的VII的陈述。

3) 在被直指对象没有形成的地方不存在 IOFI 空间。IOFI 空间不是通过在问题上兜许多圈子、拥有许多看法就自动形成的。只有当直指对象的形成发生了并且与之有了关连，人才能在VIII的方式中使用VII的陈述。在此之前人能做的只是为了直指对象的形成而对（VII陈述中使用的）用语——就像我说的——保持开放的状态。

2) A Direct Referent can monad only because of the jelledness, i. e., having fallen out from VII-carrying-forward. Just feeling or sensing something does not have this property. Direct-Referent-formation takes time, there is amazing speed but it does take some time. Something happens. Until it does, one cannot monad, although one can make VII-statements they don't have the properties described.

3) IOFI space is not without this Direct-Referent-formation. Having gone round and round issues many times, having seen many views, does not automatically make IOFI space. Only when Direct-Referent-formation happened,

and in regard to it, can one use VII- statements in a VII way. Until then the most one can do is leave the terms open for a Direct-Referent-formation, as I said. (PM, p253)

⁸ 简德林在 APM, p229-230 举的聚焦案例中的两个体会。

⁹ 或者，在另一个例子中，我通过在空间中移动改变着所有对象现在在我的新视点中是如何能被看到的。另一方面，这个变化又给予我活动的下一个点以影响。于是，任何序列都有变化。For example, when I look for something in a situation, the scene I experience is altered by my looking, and what I then see affects in turn how I further seek, that is to say the next focally implicit move from my body is changed by how the environment responds to my last move.

Or, another example, as I move in space changes how all the objects can now be approached from my new spot. This, in turn, affects my next bit of motion. So it is with any sequence. (APM, p219)

她走向“感受”的行动也好，那个“感受”本身也好，两者当然都是伊莎多拉·邓肯这个人的身体。随着她改变对“感受”的互动关系，“感受”也变化了。而且因为它的变化，它会导致、暗含着朝向它的姿势的变化，或者使之成为可能。Both her moves toward the “feel”, and that “feel” itself, are of course Isadora Duncan, her one body. As she changes her interactional relation to the “feel”, the “feel” also changes, and as it changes, it leads to, implies, or enables a changed stance toward it. (APM, p220)

因为只有一个身体，所以对于等待中的“感受”的姿态 (stance) 的变化为什么会使得这个“感受”变化就不是什么令人困惑的问题了。同样，这个“感受”的变化是身体上的变化，因此是身体焦点性地形成下一个姿态的变化。所以这也是在新层次上的东西：推进复杂性整体的“感受”变化的点是下一步的时候，直指对象就出现了。它的身体性影响制造出再推进感受变化的另一个点。之前虽然有变化的点，但是还没有产生序列。(PM, p239) There is only one body, so that it isn't puzzling why a change in stance toward the “feel” that is awaited also changes that “feel.” Similarly, the change in the “feel” is also a change in the body, and thus in the body's focal forming of the next stance. So also on the new level: the direct referent falls out when a bit of “feel”-change carrying the whole complexity forward is such, that its bodily effect makes for another bit of feel-change which again carries forward. Until then there is a bit of change, but not yet the sequence. (PM, p239)

¹⁰ 为了定义这个序列，我们以前的概念“再-认识”在这里也是很合适的。“再-认识”是我们关于通常叫做“表达”的思考方式。当身体通过发现身体自身被进一步推进来回应一些发生的时候，一些发生（可以说）是表达。在这些发现中环境的影响通过身体——它作为刚发生的什么（的再现）——被认识。表达决不只是一个单元。它生起的时候，有一个对它的回应。这个对它的回应是通过身体来发布的，是作为关于身体刚才是什么样子的环境性版本被外在知觉的认识。表达是被形成的，我们打算假定它。新的环境能够为推进发挥功能的方式第一次被发现了。To define the sequence, our old notion of “re-recognizing” will fit again. “Re-recognizing” was our way of thinking about what is usually called “expression.” Something that is done is an expression, when the body responds to it by finding itself carried forward further, and in so finding, the environmental effect is recognized by the body as (a rendition of) what it just did. Expression is never just one unit. There is a response to it, once it occurs. The response to it, by the body that emitted it, is a recognition of what is outwardly perceived as being an environmental version of what the body just was. Expression is made, we don't want to assume it. The way a new environment can function to carry forward is first found. (PM, p239-240)

¹¹ 在许多问题上，实存性地生起的体验过程是重要的思考对象。关于这个的各种各样的被特定的意味上的特别的特定化常常不是很重要。……被特定的意味不过是这样的体验过程的被特定的实例。In many problems the experiencing that existentially occurs is the vital consideration. The particular specifications of it as this or that kind, or as of this or that specified meaning, are often not as important... But specified meanings are only specified instances of such. (ECM, p187)

¹² 让我们把“我们想说的意思”即对体验到的意味的这种深思熟虑的“直接指向”叫作“创造性回归”。通过“回归”我们特指离开被特定的意味，转向意会——转向我们拥有的意味。通过“创造性”，我们表示为了创造(特定、发现或其它任何说法都可以)新的侧面，我们向体验到的意味回归。Let us call this deliberate “direct reference” to “what we meant,” that is, to the experienced meaning, “creative regress.” By “regress” we mean leaving the specified meaning and turning to the felt meaning—to our having of the meaning. By “creative” we indicate that we regress to the experienced meaning in order to create (specify, discover, or whatever) new aspects. (ECM, p177)

¹³ 但是，到现在为止，我们总仍然是身体性的，还没有拥有有关连整体、情境整体。因此，这里有新的种类的理解，有感知和拥有通过别的有关连整体的版本推进的关连整体。它暗含的一切被推进，我们在每一个版本上都像这样感受到这个关连。But, until now we always were bodily, but never had the whole relevance, the whole situation. So there is also a new kind of understanding here, a sensing and having of the whole relevance, carried forward by another version of the whole relevance. All the implying is carried forward and we feel that relevance as such, from version to version. (APM, p241)

¹⁴ 它呈现出来（凝结、出现、成为“新生儿”）的时候，我就拥有（感受、序列）了问题“曾是”的东西。所谓某个对象、某个信息被形成了，并且现在不再变化、不再形成。When it comes (jells, falls out, becomes “nascent”,) then I have (feel, sequence) what the problem “was.” That is to say an object, a datum, has formed, and is now no longer changing and forming. (PM, p235)

¹⁵ 在VIII中有许多新的整体。各个直接指示已经推进着整个世界并且因此可以在不同的主题和背景的世界整体中单子化（和世界整体交叉、在世界整体中“适用”）。There are many new wholes in VIII. Each direct referent carries forward the whole world already, and then can monad (cross and “apply”) into the whole world of different topics and contexts. (PM, p264)

¹⁶ 如果我们能把每个新的主题都在（单子化和 diafil 化的）两个方向上交叉，我们会最终到达智慧——虽然不会有单一关连。If we were to cross each new topic in both directions, we would eventually *arrive at wisdom*—though no single relevance would stay. (PM, p271)