

Ронжин Евгений

**МУЛЬТИРЕАЛЬНОСТЬ**  
**ОСОЗНАННЫХ**  
**СНОВИДЕНИЙ**



Евгений Ронжин

**Мультиреальность  
осознанных сновидений**

«Издательские решения»

**Ронжин Е.**

Мультуреальность осознанных сновидений / Е. Ронжин —  
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-747742-4

Книга посвящена описанию и рассмотрению различных современных «школ» (подходов, направлений) осознанных сновидений и выходов из тела. Какая же «школа» ближе всех подобралась к истине? Или же все одинаково далеки от нее? Каков на самом деле мир осознанных сновидений и выходов из тела? Или одного мира не существует, а представители различных «школ» описывают опыт познания различных миров осознанных сновидений?

ISBN 978-5-44-747742-4

© Ронжин Е.  
© Издательские решения

# Содержание

Введение	6
Глава 1. Множество миров осознанных сновидений и их изучение	8
Сложность и специфика феномена осознанных сновидений	9
Особенности познавательной деятельности человека	11
Наука, миф и изучение осознанных сновидений	14
Глава 2. Путешествия души шамана	20
Шаманизм и осознанные сновидения	21
Конец ознакомительного фрагмента.	22

# Мультиреальность осознанных сновидений

**Евгений Ронжин**

*Посвящается моей любимой жене Юле!*

*Дизайнер обложки Юлия Борисовна Шитова*

© Евгений Ронжин, 2017

© Юлия Борисовна Шитова, дизайн обложки, 2017

ISBN 978-5-4474-7742-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Введение

Возможно, вы краем уха уже где-то слышали об осознанных сновидениях и о том, что это намного круче компьютерных игр, экстремальных путешествий, сексуальных приключений и вообще круче всего, что когда-либо может случиться с вами в жизни. Некоторые люди, описывая свои впечатления от осознанных сновидений, не в силах сдержать переполняющие их эмоции и чувства, действительно дают им подобные лестные отзывы. Особенно часто невероятно восторженные обороты речи в отношении осознанных сновидений возникают у человека в ответ на первые собственные удачные попытки проникновения в «тот» мир, находящийся где-то с другой стороны привычной каждому физической реальности. При этом опыт осознанных сновидений доступен каждому и не является какой-либо формой визуализации. Это полноценный иной мир, который по своей красоте и сложности соотносится с самыми современными системами виртуальной реальности, как теория суперструн из квантовой физики с теорией первобытного человека о применении в быту молотка и зубила.

Естественно, что услышав такие отзывы, вы, при условии достаточной смелости и открытости новым впечатлениям, захотите узнать больше об осознанных сновидениях и о том, как туда попасть. Что за хитрый фокус или магическое действие помогает человеку бодрствовать внутри сна? В поисках информации вы, наверное, обратитесь к опыту человечества об этом феномене, суммированному и представленному в различных книгах, статьях и на интернет-сайтах. Возможно, вы свяжетесь непосредственно с другими людьми, которые являются живыми носителями опыта осознанных сновидений. В любом случае, на первоначальном этапе при условии обращения к различным источникам информации вы испытаете захватывающее погружение в пучину разнородных и противоречивых данных, представлений и описаний. Говоря об осознанных сновидениях, представители различных «школ» и направлений, будут противоречить друг другу, настаивая на истинности своего опыта и своих интерпретаций. Это одна из важных особенностей темы осознанных сновидений, заключающаяся в том, что, на самом деле не существует какого-то одного мира осознанных сновидений. Существует множество не похожих друг на друга сновидческих реальностей...

Прежде чем углубиться в рассмотрение множества миров осознанных сновидений нам необходимо определиться с тем, что такое осознанные сны. Мы будем понимать под этим термином особое измененное состояние сознания, при котором человек осознает, что видит сон, и может, в той или иной мере, управлять его содержанием.

Осознанные сновидения находятся в особых отношениях с такими явлениями как внетелесные путешествия и астральные проекции. Но до настоящего времени среди исследователей не существует единого взгляда на то, в каких же отношениях они находятся.

Научно-ориентированные исследователи считают, что в подавляющем большинстве случаев осознанные сновидения, выходы из тела и астральные проекции представляют собой одно и то же психофизиологическое состояние, в пользу чего свидетельствует относительно большой объем накопленных экспериментальных данных (более подробно см. главу 8). С этой точки зрения выходы из тела и астральные проекции – это разновидность осознанных сновидений, отличительной чертой которых является то, что в это состояние человек «перемещается» напрямую из состояния бодрствования, не теряя осознанности. Субъективно это переживается как «отделение» от тела. В свою очередь в «обычных» осознанных сновидениях человек понимает, что спит, по ходу развития сюжета сна. Различия между тем, что называют осознанными снами и тем, что называют выходами из тела, заключаются лишь в способе инициации одного и того же состояния.

Другая группа людей, назовем их, оккультно-ориентированными исследователями не имеет единого мнения о том, различаются ли, чем различаются и как различаются осоз-

знанные сны, выходы из тела и астральные проекции. Некоторые из них считают, что за каждым из этих названий скрывается самостоятельное явление, но удовлетворительного критерия их различия привести не могут. В целом, ни проведенные лабораторные исследования, ни имеющиеся феноменологические данные, не позволяют выделить какой-либо четкий критерий различия опыта, переживаемого человеком в случае осознанных сновидений, выходов из тела и астральных проекций. Это не означает, что такой критерий никогда не будет найден, но пока все предлагаемые критерии крайне сомнительны и субъективны. Поэтому, в рамках данной работы, помимо специально оговоренных случаев, под выходами из тела и астральными проекциями мы будем понимать осознанные сны, инициируемые из состояния бодрствования.

Если осознанные сны, выходы из тела и астральные проекции – названия одного и того же состояния, то о каком множестве различных миров осознанных сновидений мы будем говорить в этой книге? В настоящее время тема осознанных сновидений обретает известность за пределами узких групп людей, занимающихся поисками духовных знаний, и становится популярной среди обычных мирян, не посвящающих свою жизнь суровой аскетической практике и не принадлежащих к каким-либо тайным сообществам. Прежде всего, это связано с эволюцией систем коммуникации, накоплением знаний, созданием глобального информационного пространства. Сравнивая доступные знания об осознанных сновидениях из различных уголков Земли, мы обнаруживаем отличающиеся друг от друга «школы», традиции и направления, со своими методами, целями практики осознанных сновидений и способами описания и интерпретации получаемого опыта. Осознанные сновидения и выходы из тела, практикуемые представителями одной школы, отличаются от осознанных сновидений и выходов из тела представителей другой школы. Иногда эти различия являются лишь поверхностными, а иногда удивительно глубокими, что возникает вопрос, действительно ли это осознанные сны или уже нечто другое? В результате, обращаясь к различным школам и направлениям, мы обнаруживаем описания в той или иной степени отличных друг от друга миров осознанных сновидений.

Эта книга посвящена: 1) рассмотрению и анализу различных школ осознанных сновидений; 2) технологиям достижения и управления состоянием осознанного сновидения, разработанным в рамках соответствующих школ; 3) описанию особенностей устройства реальностей осознанных сновидений в различных школах; 4) анализу причин существования множества школ и миров осознанных сновидений.

Естественно, что в книге описываются не все существующие школы и направления, а лишь некоторые из них, которые пользуются наибольшей популярностью и известностью в мире и на территории России. Приступим к их рассмотрению и...

Добро пожаловать в мультиреальность осознанных сновидений!

## **Глава 1. Множество миров осознанных сновидений и их изучение**

*«Сновидения – это индивидуальные мифы, мифы – это коллективное сновидение»*

*Джозеф Кэмпбелл*

Начнем мы с главы, в которой обратимся к обсуждению философско-методологических вопросов познания осознанных сновидений и, не претендуя на конечную истинность своих заключений, дадим обзор причин, по которым образуются различные школы осознанных сновидений, а также причин, обуславливающих так часто отличающийся опыт переживания осознанных сновидений у представителей этих школ. Сразу же стоит отметить, что причин для такого положения вещей предостаточно. Для удобства изложения материала объединим причины в две взаимосвязанные группы. Первая группа причин связана со сложностью и спецификой феномена осознанных сновидений, а вторая – с особенностями самого по себе человеческого познания.

## Сложность и специфика феномена осознанных сновидений

Судя по всему, осознанное сновидение – это явление психической жизни известное человечеству с давних времен<sup>1</sup>. Но в научном сообществе до 80-х годов XX века, в виду своей необычности, ему отказывали в самостоятельном существовании, считая его чем-то из области легенд и сказок [1]. Слишком серьезный вызов осознанные сновидения бросали устоявшемуся в науке взгляду на сны и сознание человека.

Относительно совсем недавнее признание осознанных сновидений как психической реальности обуславливает дефицит научных знаний о них. Ситуация усугубляется тем, что этот дефицит сложно преодолеть, ибо осознанные сновидения запрятаны глубоко во внутреннем мире субъекта, и подобраться к ним для познания в соответствии с требованиями научности совсем не просто. Поэтому сновидения были и остаются нерешенной загадкой, будоражащей умы исследователей, писателей, режиссеров и художников. Никто не знает, насколько глубоки «колодецы» сновидений, чем они заполнены и куда способны привести.

Остается совершенно не изученным парапсихологический аспект осознанных сновидений и выходов из тела, свидетельства о котором просто зашкаливают. Если научно-ориентированные исследователи относятся к подобным заявлениям скептически, то практики оккультно-эзотерической ориентации утверждают, что активно пользуются широким спектром парапсихологических возможностей осознанных сновидений. Прогресс в этом направлении возможен лишь при сотрудничестве обеих сторон и проверке в лабораторных контролируемых условиях парапсихологических характеристик рассматриваемых феноменов [2].

Загадочность сновидений не только вдохновляет людей творческих профессий, но и способствует формированию пристрастного и искаженного взгляда на них, в лучших традициях средневековья, среди широких масс людей. Из-за банальной неосведомленности о том, что уже известно об осознанных сновидениях и выходах из тела, противоречивых феноменологических данных, следования тем или иным религиозным предубеждениям и сложившимся общественным стереотипам эта тема все больше обрастает мифами, выдумками и предрассудками, на которых могут спекулировать ради корыстных целей некоторые «целители» и «маги».

Центральная особенность самих осознанных сновидений, обуславливающая возникновение различного опыта осознанных сновидений и различных моделей устройства этого мира, заключается в психическом механизме проекции, участвующем в процессах конструирования обычных и осознанных сновидений. В научных кругах преобладающим является понимание сновидений как сложных психических проекций [3]. Наши представления о реальности; различные установки, находящиеся на поверхностных и самых глубоких уровнях бессознательного; ожидания, убеждения, верования, желания, актуальные и забытые проблемы в сновидениях обрастают «плотью», становясь сновидческими образами, вплетенными в тот или иной сюжет. Вы никогда не задумывались, почему в сновидениях имеется пространство, время и гравитация? Ведь мир сновидений не регулируется законами физической действительности. Причина, по которой эти базовые категории существования проникают в сновидения, в том, что мы неосознанно сами привносим их туда. Они «вшиты» в нас так глубоко, что мы даже не можем представить существование за рамками пространства и времени. С гравитацией несколько проще, поэтому иногда в сновидениях нам удается преодолеть ее пути и полетать словно птица. Если человек во сне счастлив, то и его сновидение обычно будет ярким и солнечным. Если человек во сне угрюм и подавлен, то и окружающее пространство во сне в большинстве слу-

---

<sup>1</sup> Осознанные сновидения могли быть одним из измененных состояний сознания, к которым обращались шаманы традиционных культур со времен позднего палеолита.

чаев будет серым и тусклым. То же самое относится к персонажам сна и их поведению. Красивым наглядным примером механизма проекции в сновидениях может служить фильм «Куда приводят мечты» с Робинот Уильямсом в главной роли. Представленный в фильме загробный мир имеет множество явных аналогий с осознанными сновидениями. Не зря в древнегреческой мифологии бог смерти (Танатос) и бог сна и сновидений (Гипнос) – братья-близнецы. Помимо «прямого» восприятия этого фильма, изображающего загробную жизнь, он может быть воспринят как аллюзия на тему осознанных сновидений.

Механизм проекции лежит в основе того, что мы будем называть «самопорождением в сновидениях принятой субъектом парадигмы сновидений». Что значит этот на первый взгляд сложный и бессмысленный набор слов? Под парадигмой сновидений в данном контексте мы понимаем совокупность принятых некоторым сообществом людей установок, представлений и терминов в отношении обычных и осознанных сновидений и путей их познания. Сновидения часто неосознанно конструируются субъектом в соответствии с его представлениями о том, каким является мир сновидений, что и как должно в нем происходить. Другими словами, человек принимает ту или иную парадигму сновидений (грубо говоря, теоретическую модель мира сновидений), а потом обнаруживает ее в той или иной степени реализованной в своих сновидениях. Теоретическая модель сновидений порождает сама себя в сновидениях человека, который верит в нее и руководствуется ею. В качестве простого примера этого можно привести случай с русским философом П. Д. Успенским, который верил, что в осознанном сне нельзя произнести свое имя. У него и некоторых других людей, принявших эту установку, действительно возникали серьезные трудности с произнесением своего имени в осознанных сновидениях, хотя на самом деле в этом нет ничего сложного. Чем масштабнее принятая теоретическая модель и чем сильнее вера в нее, тем серьезнее она способна повлиять на опыт осознанных сновидений. Руководствуясь различными теоретическими моделями (парадигмами), люди могут сталкиваться в своем опыте с сильно отличающимися друг от друга мирами осознанных сновидений.

Сновидческая реальность отличается от физической своей удивительной гибкостью и пластичностью. Она существует в неразрывном единстве со сновидцем. Крайний вариант такого понимания сновидений дает Ф. Перлз, утверждая, что «каждая часть сна – это часть вас» [4]. Факт пластичности сновидческой реальности и ее зависимости от мыслей, чувств и установок сновидца часто упускают из вида практики тех или иных школ осознанных сновидений. Относясь к осознанным сновидениям как к некоей объективной действительности, мало зависящей от сновидца, они, сами того не замечая, создают сновидческую реальность в соответствии с представлениями своей школы. В своих сновидениях они находят подтверждения истинности своих убеждений. Так принятая парадигма подтверждает и порождает сама себя во снах ее приверженцев. Это очень важная, но не единственная причина, детерминирующая существование различных миров осознанных сновидений. Мы будем часто сталкиваться с ней в дальнейшем, рассматривая осознанные сновидения в рамках той или иной школы.

## Особенности познавательной деятельности человека

Вторая группа причин связана с особенностями человеческого познания в целом. Философское осмысление познавательной деятельности привело человека к пониманию того, что на научное и вненаучное познание оказывают влияние различные факторы, которые необходимо учитывать, если мы хотим лучше понимать себя, мир и наши взаимоотношения с ним.

Эволюция познавательной деятельности человека в рамках известной нам истории культуры связана с эволюцией его рациональности. Как отмечает В. Н. Порус [5], говорить о том, что такое рациональность можно бесконечно. Этот термин, ввиду сложности и необхvatности стоящей за ним реальности, не имеет общепринятого определения. В наиболее общем понимании рациональность можно определить как соответствие разуму, разумности, это «способность упорядочивать восприятие мира, способность давать миру определения, правила, законы» [6]. В узком понимании рациональность может выступать синонимом научности [7]. Научная рациональность отличается от общей рациональности большей строгостью правил, норм и образцов познавательной деятельности, стремлением к достижению максимальной точности, доказательности, истинности знания. Другими словами научная рациональность – это самая рациональная рациональность, к которой смог прийти человек за долгие годы эволюции.

В. С. Степин [8] предлагает выделять три типа научной рациональности: классическую, неклассическую и постнеклассическую. Мы сосредоточим свое внимание на том, что движение от классического типа рациональности к постнеклассическому связано с постепенно углубляющимся осмыслением субъектом различных граней и нюансов осуществляемой им познавательной деятельности.

Классической рациональности соответствует следующий способ познания, нацеленный на получение достоверных объективных знаний о действительности: опираясь на эксперимент и наблюдение, человек добывает факты, на основе которых создает теорию (модель) объекта. Факты – это эмпирическая основа каких-либо теоретических построений и их «судья», способный вынести им обвинительный или оправдательный приговор, то есть определить их истинность или ложность. Рефлексия над познавательной деятельностью в данном случае сводится к тому, что есть объект, подлежащий исследованию, и субъект, осуществляющий познавательные действия. При этом все субъективное в процессе познания элиминируется (сводится к нулю). Достоверное научное описание реальности включает в себя только характеристики объекта.

Неклассическая рациональность предполагает более глубокий уровень рефлексии субъекта над процессом познания. Человек обнаруживает, что между ним и познаваемой действительностью всегда существует промежуточное звено, опосредующее акт познания. Другими словами, появляется рефлексия над методами и средствами исследования объектов.

Учет методов и средств исследовательской деятельности имеет важное значение и в том случае, когда мы говорим об осознанных сновидениях. Используемые субъектом в осознанных сновидениях методы познания (те или иные психотехники) могут сыграть решающую роль в том, с какой стороны ему откроется сновидческая реальность. Применяемые психотехнические приемы, могут в значительной степени обуславливать различия школ в описаниях осознанных сновидений. Окультурно-ориентированные исследователи предлагают свои специфические методы познания, утверждая, что они качественно меняют осознанные сны, открывая их для познающего субъекта с новой стороны (или с другого уровня). Эти утверждения не могут быть отвергнуты просто так на том основании, что «этого не может быть, потому что это невозможно». Эти гипотезы требуют проверки и тщательного изучения. Этот путь сложен и может растянуть на долгие десятилетия или даже столетия, так как некоторые методы требуют от познающего субъекта невероятной дисциплины в повседневной жизни, развития

сложных психотехнических навыков и т. д. Собрать даже небольшую выборку таких людей для лабораторного исследования, мягко говоря, задача не из легких. Опыт осознанных сновидений и выходов из тела, получаемый этими исследователями-энтузиастами, нельзя бесосновательно списать на их психическую невменяемость, фантазирование или болезнь, но и некритически принять этот опыт, сильно отличающийся от опыта осознанных сновидений в других традициях, также нельзя. Особенно учитывая то, что попасть на удочку иллюзий в сновидческой реальности очень легко.

Становление постнеклассической рациональности связано с дальнейшим углублением рефлексии над научным познанием. В поле этой рефлексии включаются исторические, социальные и психологические факторы, обуславливающие научное познание. Эти факторы получают подробное описание в трудах представителей постпозитивизма (Т. Кун, И. Лакатос, П. Фейерабенд, М. Полани, Н. Р. Хэнсон, К. Хюбнер и др.), критически переосмысляющих идеализированный взгляд на научную исследовательскую деятельность. Рассмотрим некоторые важные для нашей работы выводы, к которым приходят постпозитивисты.

Общим для постпозитивистов является утверждение о теоретической «нагруженности» фактов. Факты никогда не бывают просто фактами, имеющими «надличностную», чисто объективную природу, они зависят от существующих убеждений, теорий и взглядов. Человек не воспринимает окружающие явления и объекты сами по себе, его восприятие преломляется знаниями, установками, опытом и другими «внутренними» переменными. Особенно ярко это проявляется в актах обыденного познания. Наблюдая бегущее на улице небольшое животное с четырьмя лапами и поджатым хвостом, мы видим не это животное в его объективной данности, а бездомную собаку, к которой можем испытывать либо страх, либо жалость, либо еще какие-то чувства. От наших чувств зависит наше восприятие – собака, которую мы боимся, может визуально казаться больше по своим размерам. Если в своем опыте субъект психологически травмирован однажды случившейся встречей с агрессивной собакой, то теперь, вполне вероятно, все собаки ему кажутся агрессивно настроенными. Вроде бы собака одна и та же, но воспринимать ее каждый может по-своему, в соответствии со своей «теорией собак». При этом собаке не обязательно каким-либо специфическим образом проявлять себя. Ей достаточно просто быть, а наше восприятие достроит ее образ автоматически. Как демонстрируют постпозитивисты на примерах из истории науки [9], даже специально организованное познание, направленное на установление объективной картины мира, не исключает, а подразумевает теоретическую «нагруженность» фактов. Факт становится фактом только в терминах той или иной теории. Одни и те же факты могут быть отлично интерпретированы и органично вписаны в противоборствующие теории.

Попытки примирения различных интерпретаций реальности осуществляются в ходе дискуссий и переговоров, результаты которых детерминируются не только рациональными основаниями, но и личностными особенностями исследователей (их интересы, вкусы, умение убеждать и красиво говорить и т.д.) и социально-психологическими групповыми процессами (лидерство, власть, авторитет и т.д.). Например, П. Фейерабенд в своей главной работе «Против метода» указывает на то, что причины, по которым Галилей победил своих оппонентов ученых-схоластов, заключались в следующем: «Галилей победил благодаря своему стилю и блестящей технике убеждения, благодаря тому, что писал на итальянском, а не на латинском языке, а также благодаря тому, что обращался к людям, пылко протестующим против старых идей и связанных с ними канонов обучения» [10].

Также сторонники той или иной модели реальности иногда защищают свои воззрения с помощью приемов, нарушающих этические законы профессионального поведения. Прежде всего, это отказ признавать результаты противников, личные выпады в качестве аргументов и другие приемы подобного сорта. Как отмечает Т. Кун, столкновения по научным вопросам иногда напоминают кошачьи бои [11].

Теоретическая «нагруженность» фактов в явной форме прослеживается в описаниях осознанных сновидений в различных школах. Образы сновидений, их трансформации, действия сновидца и сюжетные повороты воспринимаются и интерпретируются в соответствии с установками и постулатами соответствующей школы, к которой принадлежит сновидец.

Также и личностные факторы оказывают огромное влияние на формирование и развитие школ осознанных сновидений. Во-первых, личностные особенности лидера той или иной школы осознанных сновидений в значительной степени определяют его сновидческий опыт и те интерпретации, которые он ему дает. Во-вторых, опыт переживания осознанных сновидений лидера и его приближенных (если таковые имеются) кладется в основу модели осознанных сновидений в этой школе. Можно сказать, что этот опыт, полученный с применением определенных методик, становится эталонным примером, образцом для подражания последователями этой школы. Их развитие во многом оказывается связано с дублированием в том или ином виде этого образца. Часто лидером устанавливаются критерии «истинности» опыта участников движения. Право на оценку «истинности» так же может оставаться за лидером движения. Авторитет лидера в теоретических и практических вопросах редко подвергается сомнению со стороны последователей. Нельзя забывать, что от школы к школе все эти характеристики очень сильно варьируют.

Эти и другие особенности научного (и вненаучного) познания, четко обозначенные в трудах постпозитивистов, подводят к вопросам возможности обретения объективных, достоверных знаний. Если «все люди по своей природе мифотворцы» [12], то не является ли наука современной мифологией? Почему человек так любит порождать идеи, выходящие за пределы его повседневного опыта, то есть творить воображаемые миры? С учетом всего этого можем ли мы надеяться на возможность получения достоверных знаний об осознанных сновидениях?

## Наука, миф и изучение осознанных сновидений

Хорошо известны отличия мифологического и научного мышления и мировоззрения, описанные структуралистами (К. Леви-Строс, Л. Леви-Брюль). Для мифологического мышления характерны особенности, чуждые мышлению научному: нечувствительность к противоречиям, неспособность к четкому субъект-объектному различению, сильная эмоциональная окраска, сложность выработки абстрактных понятий, синкретичность и т. д. Это лишь малый аспект их качественных отличий, список которых здесь можно продолжить. Несмотря на пропасть, разделяющую мифическое и научное мировоззрение, между ними есть одно важное фундаментальное сходство: первое и второе – это способы понимания, осмысления, упорядочивания, моделирования действительности. Миф и наука – это два исторически обусловленных способа описания реальности. «Как начальная форма понимания мира, мировоззрения, концептуализации, осмысления бытия и как символическая форма сознания, миф позволяет моделировать, классифицировать и интерпретировать мир, т.е. обладает определенной познавательной ценностью» [13].

Противопоставить миф и науку по критерию иррациональности/рациональности вряд ли возможно. «И нет ничего более неверного, чем приписывать мифу, как это часто происходит, статус иррационального, а науку противопоставлять ему в качестве рационального. Миф обладает своей собственной рациональностью, которая реализуется в рамках его собственных понятий об опыте и разуме... Соответственно миф обладает своей собственной формой систематической гармонизации: он упорядочивает явления в их взаимосвязи, использует „логику“ своего „алфавита“ и свои фундаментальные структуры» [14]. Правильнее говорить о различных исторически обусловленных формах рациональности. Как мы помним, в наиболее общем понимании рациональность это «способность упорядочивать восприятие мира, способность давать миру определения, правила, законы». Поэтому миф не лишен рациональности, ему присуща своя особая «мифологическая» логика и рациональность. Например, человек болеет и из него в ходе церемонии изгоняют вселившегося злого духа: злого духа называют по имени, требуют, чтобы он ушел, пугают шумом и т. д. Для современного научного мировоззрения это полное мракобесие, но с точки зрения представителя традиционной культуры, который рассматривает все изменения в человеке как результат воздействия внешних благоприятных или неблагоприятных сил, верит в добрых и злых духов, подобное поведение совершенно логично и рационально [15].

Указывая на присущие науке и мифу самобытность и уникальность, известный немецкий философ К. Хюбнер [16] проводит их тщательный сравнительный анализ по различным формам рациональности (семантическая, эмпирическая, логическая интересубъективная рациональность и т.д.). Он приходит к выводу, что наука и миф по этим формам рациональности не так далеки друг от друга, как это кажется: «научный и мифический опыт имеют одинаковую структуру. Наука и миф применяют одну и ту же модель объяснения. И там, и там мы можем различить чистый и предпосылочный опыт. Чистый опыт дан интересубъективно необходимым образом. И в науке, и в мифе существует метод „проб и ошибок“» и т. д. [17]. «Опыт, на который опирается наука, не более обоснован и интересубъективно убедителен, чем опыт, на который опирается миф. Опыт науки относится лишь к иным предметам и содержаниям» [18]. В некотором смысле, миф также реален, как и наука. При этом он первичен по отношению к науке и пронизывает ее, хотя это и происходит в неявной и трудноуловимой форме.

Примером «обнажения» мифологического в науке может являться то, что Дж. Хорган [19] называет «иронической» (постэмпирической, спекулятивной) наукой. По мнению автора, иронической наукой занимаются ученые, пытающиеся, вооружившись своим разумом и научными знаниями, найти ответы на фундаментальные вопросы Бытия. Таких ученых можно раз-

делить на два типа: тех, кто надеются и верят в то, что они открывают объективные истины о природе, и тех, кто понимает, что они скорее заняты деятельностью похожей на искусство или литературную критику, нежели на традиционную науку.

В качестве одного из примеров иронической науки Дж. Хорган приводит теорию суперструн в физике. Эта теория заменяет подобные точкам частицы крохотными энергетическими петлями, существующими в десятимерном пространстве. Струны настолько же малы в сравнении с протоном, как протон в сравнении с Солнечной системой. То есть для нас, скорее всего, они навсегда останутся чем-то недостижимым. Движимый желанием понять, чем являются загадочные суперструны Дж. Хорган обратился за разъяснениями к физикам, но ни один из них так и не смог помочь ему испытать «суперструнный» инсайт. Вот как пишет об этом сам автор: «Я говорил о суперструнах со многими физиками, но ни один не помог мне понять, что такое суперструна. Насколько я могу судить, это не материя и не энергия; это некая древняя математическая штука, генерирующая материю, энергию, пространство и время, но в нашем мире ничему не соответствующая» [20]. Теория суперструн, построенная на строгом математическом фундаменте, судя по всему, никогда не будет подкреплена экспериментально, так как теоретические построения ученых, занимающихся этой теорией, выходят далеко за пределы любого эмпирического теста. Одной из важных причин веры ученых в истинность этой теории является ее математическая элегантность и красота. Чем же является теория суперструн – суперсложной наукой, современным изошренным мифом или формой утонченного искусства для очень узких кругов?

Некоторые из читателей на основании представленных доводов и рассуждений могут явственно ощутить как сужается в их сознании пропасть между наукой и мифом. Упомянутый нами ранее К. Хюбнер, в своей книге «Критика научного разума» приходит к выводу о том, что научное знание строится на априорных предпосылках эксплицитного и имплицитного характера. Эти выводы он формулирует в трех важных тезисах: «1. Не существует абсолютных фактов или абсолютных фундаментальных установлений, на которые могла бы опереться наука. 2. Нет также и необходимых оснований для утверждения о том, что наука в своем развитии непрерывно улучшает и дополняет представление о неизменных, имеющих одно и то же эмпирическое содержание объектах. 3. Нет оснований полагать, что наука в ходе своего исторического движения подходит все ближе к некоей абсолютной, свободной от теоретической нагруженности, истине». [21]. В это же время, К. Хюбнер считает, что эти выводы ни в коей мере не обесценивают науку, научное познание и его достижения.

По нашему мнению, представленные выводы и открытия постпозитивистов, действительно ни в коей степени не обесценивают научное мышление, а лишь вскрывают его совершенно естественные особенности, связанные с факторами, лежащими в самом фундаменте рациональной исследовательско-познавательной деятельности. Любое рациональное познание, начиная от наивного мифологического до научного – это способ описания, упорядочивания, моделирования реальности, основанный на использовании цифровых и речевых знаков. Развитие рациональности – процесс постепенный, связанный с овладением речью, осознанием значений понятий, выстраиванием системы понятий и их взаимосвязей, развитием умственных операций. В мифологическом мировоззрении эти функции слабо развиты, человек совершенствуется в речевой, знаковой деятельности, укрепляет систему сознания, освобождается от доминирования аффективно-эмоциональной сферы и бессознательного.

Современная научная рациональность является результатом постепенного развития и совершенствования работы человека с символическими, знаковыми способами отражения действительности. Можно сказать, что процесс эволюции рациональности – это совершенствование способности человека строить модели, «карты» реальности. Более того, можно сказать, что имманентной особенностью вербально-рационального ума, на который мы опираемся в рамках научного или вненаучного познания, является потребность создавать теории.

И как показывает история, для этого ему необязательно нужны факты. Чтобы остудить пыл вербального ума, стремящегося уйти в непроходимые дебри умозрительных спекуляций, человек решил разработать правила и нормы познания, в соответствии с которыми теория должна быть эмпирически проверяемой, то есть все теоретические объекты либо должны наблюдаться непосредственно, либо выражаться через измеримые величины. Но эмпирической проверяемости недостаточно, чтобы обеспечить соответствие теории фактам. При этом само понятие «соответствия теории фактам» остается интуитивным и не имеет общепринятого определения [22]. Принципов верифицирования и фальсифицирования недостаточно, чтобы окончательно опровергнуть или подтвердить теорию. Принцип Дюгема-Куайна показал не только то, что логически несовместимые теории могут согласовываться с одними и теми же фактами, но и что теории могут адаптироваться к не подтверждающим их данным через соответствующие коррекции в своей системе. Если задуматься, то все вышеописанное может приводить к довольно пугающим следствиям, так как при соответствующей сноровке рациональный ум может постоянно продуцировать новые теории. Например, А. Бэддели [23] прямо говорит, что современная психология очень похожа на средневековую схоластику. Но как-то эффективно воздействовать на уменьшение входящих в ее состав бесконечных теоретических построений вряд ли возможно. В космологии и физике, как мы видели, наступает период (эпоха), когда теоретические разработки сильно опережают опытные исследования, а некоторые из них оказываются либо не проверяемыми в принципе, либо не проверяемыми в ближайшем обозримом будущем [24]. Теории находятся в состоянии «эмпирической невесомости» и сосуществуют друг с другом.

Как нам кажется, описанная ситуация является естественным следствием развития вербальной рациональности к своим пределам. Имманентным свойством рационального ума является стремление к производству моделей, карт реальности с опорой и без опоры на эмпирические факты. Чем дальше и глубже идет процесс рационального познания, тем больше становится этих моделей, ибо факты сами по себе не определяют теорию, но теория, сотканная из понятий, концептов, определяет то, как и какие факты будут увидены, осмыслены и приняты учеными. Но ученый тоже является человеком, а не бесчувственной машиной (хотя некоторые исследователи чрезвычайно сильно идентифицируют себя со своим мозгом и считают его, по выражению М. Минского, «компьютером из мяса»), поэтому воспринимает, мыслит, творит по-своему, часто неосознанно (или осознанно) игнорируя информацию, которая не вписывается в его модель реальности. В условиях отсутствия однозначных определений понятий, способности рационального ума подстраивать теории к фактам (без злого умысла) мы оказываемся в ситуации, когда количество теорий может расти до конца существования человечества. При этом будет становиться «все больше и больше информации и все меньше и меньше смысла» (Ж. Бодрийяр), так как близкие или идентичные по смыслу идеи можно выразить тысячами отличных формулировок, речевых конструкций, понятий на разных языках. Они с малыми корректировками могут постоянно дублироваться и воспроизводиться (благодаря современным технологиям это не так сложно сделать), представляясь чем-то новым и угрожая человечеству информационным коллапсом.

Создание карт реальности, которые, в конечном счете, как в случае научного, так и вне-научного познания, оказываются основанными на недоказуемых априорных основаниях – это базовая особенность рациональной познавательной деятельности, которая выступает важнейшей причиной существования множества миров осознанных сновидений.

Эта особенность рационального ума не позволяет абсолютизировать науку и ее положения, но в то же время, она, вкуче с открытиями постпозитивистов, ни в коем случае не открывает дорогу радикальному релятивизму, в соответствии с которым «ни одна теория не может быть лучше (более истинной) другой». Такое утверждение опровергает само себя: ни одна теория не лучше другой, кроме теории о том, что ни одна теория не лучше другой. Также это

не означает, что науку можно свести к мифу, что рациональное познание, основанное на научном мышлении (в том числе, познание осознанных сновидений), не имеет преимуществ перед вненаучным и им можно пренебречь. Иначе мы можем, словно Аристотель, утверждать, что у мужчин больше зубов, чем у женщин, не обременять себя проверкой этой гипотезы и просто верить в ее истинность.

Ввиду имманентной, не просто способности, а *потребности* рационального ума строить карты реальности, нам необходимо, руководствуясь скептической установкой, подвергать их критической оценке и эмпирической проверке. Это относится и к теме осознанных сновидений. Но как воплотить в жизнь научный подход (рациональный, эмпирический, доказательный, сомневающийся, максимально объективный), не попав при этом в ловушку редукционизма, сводящего психологический, по своей природе субъективный опыт осознанных сновидений, к нейрофизиологическим мозговым процессам?

Главный интегральный мыслитель современности – известный американский философ К. Уилбер описывает три шага, ведущих к достоверному познанию в отношении сфер физической природы, человеческого ума и Духа [25]. В терминологии К. Уилбера физическая природа постигается «оком плоти» (чувственный опыт, обретаемые посредством физических органов чувств и инструментов естественных наук); сфера психического познается «оком разума» (опыт, обретаемый интроспекцией, наблюдением при помощи ума; это опыт непосредственного переживания тех или иных психических состояний); сфера Духа познается «оком духа» (духовный опыт, обретаемый в глубокой медитации, трансцендентальным созерцанием; это опыт непосредственного постижения духовных сфер). Для адекватного исследования Космоса во всем его многообразии, избегающего ловушек редукционизма, необходимы, по меньшей мере, эти три вида познания, не сводимые и не заменимые друг другом. Но достоверное познание в отношении всех этих сфер предполагает три шага:

1) Инструментальная иньюнкция (предписание). Этот шаг подразумевает адекватное использование тех или иных методов и инструментов для осуществления акта познания. Основная формула этого шага гласит следующее: «если хочешь узнать то-то, сделай то-то». Без тщательной эмпирической проверки мы не можем сказать, что опыт осознанных сновидений в той или иной школе является ложным или иллюзорным. Чтобы подтвердить или опровергнуть этот опыт необходимо овладеть теми же психотехниками и методами, которые используются в этой школе для вхождения в это состояние и для его дальнейшего раскрытия с той или иной стороны для познающего субъекта. Этот шаг учитывает важнейшее опосредующее влияние на результат эксперимента, используемых субъектом исследовательских техник и методов.

2) Интуитивное понимание. Адекватное применение инструментов познания приводит к непосредственному переживанию соответствующего опыта. Использование конкретных способов исследования осознанных сновидений, разработанных в определенной школе, приводит (или не приводит) субъекта к непосредственному опыту переживания осознанного сновидения или каких-либо его аспектов. Этот шаг позволяет получить множество результатов попыток изучения осознанных сновидений одним человеком с помощью применения соответствующих методов. Обнаруживается индивидуальная вариативность результатов и их разброс. Возможен поиск причин этого в личностных особенностях человека; ситуационных состояниях, способных обусловить результаты опыта; во внешних влияниях; собственных установках; особенностях протекания опыта и применения метода и т. д.

3) Коллективное подтверждение (или опровержение). На этом этапе происходит сверка полученных результатов, данных, свидетельств, с данными и результатами, других людей, адекватно выполнивших предыдущие стадии. Опыт осознанных сновидений, полученный разными людьми при помощи определенных методик, сопоставляется и сравнивается, в том числе, при помощи статистических методов. В ходе критического «разбора полетов», дискуссий и обсуждений делаются выводы. Теории осознанных сновидений и их аспекты подтвержда-

ются, опровергаются и корректируются. Старые гипотезы могут повторно перепроверяться, начиная с первого этапа. Ставятся новые гипотезы, также проверяющиеся с первого этапа. Этот шаг связан с обязательным учетом и обсуждением перечисленных в этой главе субъективных и социокультурных факторов, обуславливающих познавательную деятельность и опыт переживания осознанных сновидений.

Представленные шаги означают эмпирическое изучение осознанных сновидений и возможность верифицируемости и фальсифицируемости (опровержимости) получаемых при этом знаний. Эмпиризм и верифицируемость/фальсифицируемость – это критерии достоверного знания, применимые не только к чувственному опыту, обретаемому посредством физических органов чувств. Эмпирическое, опытное познание, подразумевающее возможность фальсификации, может относиться и к умственным, и к духовным сферам, на что активно начали указывать в XX веке представители трансперсональной психологии.

Все эти шаги не устраняют проблем, описанных постпозитивистами (теоретической «нагруженности» фактов; влияния на результат личности исследователя, факторов личной заинтересованности, власти, авторитета и т.д.), так как они внутренне присущи любой познавательной деятельности, связанной с созданием карт и моделей реальности. Несмотря на некоторую идеализированность, описанные шаги подразумевают истинно научное, не редукционистское исследование множества миров осознанных сновидений. По крайней мере, мы можем верить в то, что используя эти шаги, можно отделить плевела от зерен в различных школах осознанных сновидений и пробраться чуть дальше и глубже в понимании осознанных сновидений как уникального феномена психодуховной жизни человека.

В завершении этой главы суммируем и перечислим причины, обуславливающие существование множества школ осознанных сновидений и различия в опыте переживания осознанных сновидений у представителей этих школ:

- Сложность самого по себе феномена осознанных сновидений и его малая изученность;
- Пристрастное, стереотипное, полное предубеждений и предвзятостей, выдающихся за истину, отношение к осознанным сновидениям в массовом сознании современного общества;
- Наличие множества непроверенных свидетельств о парапсихологических явлениях, связанных с осознанными снами, среди исследователей-энтузиастов;
- Действие в осознанных сновидениях проекционного механизма самопорождения во снах принятой субъектом парадигмы сновидений: теоретическая модель сновидений порождает сама себя в сновидениях человека, который верит в нее и руководствуется ею;
- Определенная зависимость опыта переживания осознанных сновидений от методов и техник его исследования;
- Высокая зависимость опыта осознанных сновидений от личностных факторов и индивидуальных особенностей исследователя: его способностей, уровня овладения необходимыми методами и психотехниками, личной заинтересованности, личного бессознательного, личностных качеств и т. д.
- Теоретическая «нагруженность» фактов: зависимость понимания (интерпретирования) субъектом своего или чужого опыта осознанных сновидений от «школы», к которой он принадлежит и существующей в ее рамках теоретической модели осознанных сновидений;
- Групповые психологические процессы в школах осознанных сновидений: лидерство, власть, авторитет, умение убеждать и воздействовать на других, сплоченность коллектива и т. д.
- Слабый контакт и взаимодействие между различными школами осознанных сновидений и их представителями; отсутствие между ними конструктивного диалога, сотрудничества и взаимопонимания;

- Имманентная потребность рационального ума строить карты, модели реальности с опорой на факты и/или воображение.

Все эти факторы вносят свой уникальный вклад в существование множества миров осознанных сновидений, к рассмотрению и анализу которых мы обращаемся далее.

## Глава 2. Путешествия души шамана

*«Якут Гаврил Алексеев утверждает, что у каждого шамана есть Мать-Хищная-Птица; она похожа на большую птицу с железным клювом, загнутыми когтями и длинным хвостом. Эта мифическая птица показывается только дважды – при духовном рождении шамана и при его смерти. Она забирает его душу, заносит ее в преисподнюю и оставляет для созревания на ветке ели. Когда душа достигает зрелости, птица возвращается на землю, разрывает тело кандидата на мелкие кусочки, которые раздает злым духам болезней и смерти. Каждый из духов пожирает доставшийся ему кусочек тела; это обеспечивает будущему шаману способность лечить соответствующие болезни. После съедения всего тела духи отходят. Мать-Птица складывает кости на место, и кандидат пробуждается, как от глубокого сна»*

*Мирча Элиаде*

Обсуждая различные школы осознанных сновидений, мы не могли пройти мимо темы путешествий души шамана. В историческом плане шаманизм и его идеи можно назвать предшественником и основой для многих современных школ осознанных сновидений оккультно-эзотерической направленности. Часто шаманские приключения души в иных измерениях отождествляются с осознанными сновидениями. Мы попытаемся разобраться в том, насколько это оправдано и познакомимся с шаманской вселенной.

## Шаманизм и осознанные сновидения

В последнее время шаманизм становится все более популярным, но от этого, вряд ли более понятным. Ввиду своей многогранности этот феномен рассматривается и изучается с различных точек зрения и множества подходов, которые часто противоречат друг другу. Помимо культурологов, философов, религиоведов, антропологов, психологов и нейрофизиологов, им активно интересуются практики различных современных эзотерических течений, которых обычно объединяют как представителей движения «Нью-Эйдж». Существование множества уровней изучения шаманизма можно рассматривать как указание на то, что для формирования сколь либо объективного взгляда на это явление, невозможно ограничиться его исследованиями в рамках одного направления и переноса, получаемых при этом результатов, на весь рассматриваемый феномен в целом. Как и в других областях человеческого знания в области шаманизма назрела необходимость интеграции существующих представлений. Вполне возможно, что у каждого подхода есть своя маленькая или большая «истина» о шаманизме, пренебрегая которой мы рискуем упустить что-то важное. Все сказанное относится и к теме сновидений в шаманизме. Попытка адекватного рассмотрения данного вопроса означает, как минимум, обращение к данным наук, описывающим особенности шаманского социума, культуры и мировоззрения (социология, культурология, антропология и т.д.); субъективного опыта переживаний шаманских явлений (феноменология, психология, парапсихология) и их объективных коррелят (нейрофизиология).

Сновидения тесно связаны с культурным развитием человека, начиная с самых ранних исторических этапов. По мнению многих антропологов именно сновидения привели первобытного человека к его начальным идеям о душе и к первым религиозным понятиям [1]. Для представителей древних и туземных культур опыт сновидений и опыт повседневной жизни слабо дифференцированы друг от друга и часто грань между ними полностью исчезает. Сновидения воспринимаются как нечто совершенно реальное, как опыт, являющийся важным источником знаний о прошлом, будущем и настоящем, применяющийся в повседневной жизни и помогающий выживать. Интересный пример этого приводит Р. Мосс: «Хороший сновидец также является хорошим охотником или рыбаком, который раньше других находит богатую добычу. Один чукотский охотник на лис объяснил, что он всегда знает, когда лиса попадает в его ловушку, так как накануне ночью ему постоянно снится нападающая на него дикая и прекрасная рыжеволосая женщина. Иногда она избивает его и убегает прочь. Но когда охотнику удастся победить ее и овладеть ею, он просыпается в полной уверенности, что обнаружит лису в своей ловушке. Расчеты всегда оказываются верны, и он в случае „благоприятного“ варианта сна никогда не остается разочарованным в реальности» [2]. В целом, по данным антропологических исследований для всех традиционных культур общим является бережное и уважительное отношение к сновидениям и придание им особого статуса в повседневной жизни.

## **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.