

Тело сновидения и "дубль": парадоксы квантового сознания.

А.П. Ксендзюк

(Получена 9 ноября 2004; изменена 12 ноября; опубликована 15 ноября 2004)

Статья посвящена такому экзотическому феномену, как "тело сновидения" – перцептивному (эффект восприятия) и энергетическому (силовое поле, порожденное сознанием). Сегодня ни один психофизиолог не отрицает существования так называемого "внетелесного опыта". Психология восприятия позволяет говорить о том, что "выход из тела" – одно из перцептивных состояний, входящих в резервные возможности здорового человека. Оно не является результатом патологии и не ведет к патологии. Автор статьи полагает, что существование тела сновидения – это одно из необычных и весьма перспективных состояний квантового сознания в квантовом мире. Когда о "теле сновидения" говорят, как о сгустке материи или субстанции, это – условность. Подобно тому, как внимание является непосредственным отражением состояния осознания как целостной системы, тело сновидения есть проекция сновидческого внимания. Это ничуть не лишает тело сновидения физического смысла, поскольку само осознание физично и порождает силовое поле, где происходит декогеренция квантовых процессов. Пока к Мировому полю не приложено усилие упорядоченного внимания, все существующее есть лишь совокупность потенциалов, виртуальность, где нет никаких тел, вещей, объектов и субстанций. Психотехнология достижения тела сновидения рассматривается как один из методов, способных трансформировать психоэнергетическую целостность человеческого существа.

Строго говоря, *тело сновидения* не существует в качестве *субстанции*, физической или метафизической "отдельности". Мы имеем дело с условностью, которая физична в той же степени, в какой воображаема. При этом мы не должны забывать, что тело сновидения *состоит из полей и энергии*. Более того, тело сновидения оказывает воздействие на окружающую среду, имеет силу, плотность, а порой – даже что-то вроде видимости (т.е. может влиять на органы чувств наблюдателей). Наконец, самое удивительное заключается в том, что тело сновидения может "связать" в себе всю недостающую физическую субстанцию: оно "сгущается" до такой степени, что воспроизводит целостность физического тела – и в этот момент им *становится*.

Однако, тело у человека – одно (как и *осознание*, проекцией которого оно является). Пользуясь сновидческим "дублем" даже тем невероятным способом, о котором красочно рассказал Кастанеда, описывая магические трюки дона Хенаро, человеческое существо все равно *не делится на две части*.

Наша свобода и наш прогресс не в том, чтобы "раздвоиться", а в том, чтобы научиться полностью использовать потенциал энергетического поля, окружающего точку сборки.

Естественный сон со сновидениями предоставляет нам все необходимые предпосылки. Поле насыщено сенсорными сигналами и предстает перед осознанием как нечто аморфное. Но мы владеем "описанием мира", и, следовательно, превращаем пятно неопределенной чувствительности в "организм"

– структуру, наполненную множеством частей, органов, процессов, имеющую начало и конец, время и смысл.

Так мы поступаем наяву и точно так же мы поступаем во сне. Проблема сновидца – в стабильности и силе осознания. Сила, проявленная с должной стабильностью, "строит" как физическое тело субъекта, так и то "тело", которым он пользуется в иных режимах восприятия.

Конечно, тут же возникает классический вопрос: почему мы говорим, что тело "иных пространств" *реально*, а не *имагинативно*? Для этого есть достаточно философских и даже естественнонаучных оснований. О них я скажу подробнее в книге "Пороги сновидения" (2004).

Но прежде нам следует понять физику среды и объекта. Что делает тело *физическим*? Оно воспринимает, мыслит, ощущает себя, влияет на окружающее в той мере, в какой обладает условной массой. (Условной я называю "массу" всякого физического тела, так как мы вынуждены учитывать принцип неопределенности и те отношения, в которых задействован любой макрообъект как часть квантового поля Вселенной.*). Если мы говорим о неживой материи, то это просто энергетическое поле, способное совершить некоторую работу, и конвенционально отделенное от среды некой "границей".

Когда же мы говорим о *живом* теле, обязательно возникает новый фактор. Во-первых, это *биологическая организация* (метаболизм, движение, способность не просто накапливать энергию, но перерабатывать ее в другие формы, а затем снова воспроизводить), *информационное поле* (прежде всего, генетика – структуры, которые являются не просто сложными молекулами, но еще и содержат в себе информацию, которая может бесконечно реплицироваться) и, наконец, "*собранность*" – и это самое сложное и непонятное. Мы наблюдаем некую силу, которая поддерживает в целостном виде сверхсложное образование, управляет им и, более того, способно через обратную связь корректировать структуру, даже улучшать ее, словно у нее есть план и намерение оформиться не "абы как", а вполне определенным образом.

Значительную часть этого непонятного дела берет на себя некое поле, которому присуща а) целостность, б) склонность развиваться как система с нереализованным (и неизвестным нам) потенциалом. С одной стороны, энергетическое поле, содержащее организм, – однородно, потому что по природе своей есть квантовое "нечто". С другой – оно же необыкновенно усложнено, колексно, имеет каналы и центры, связи и границы; короче, напоминает машину.

Эта двойственность природы, эта глубинная парадоксальность постоянно демонстрирует себя в любой психотехнической процедуре. Достаточно углубиться в "остановку внутреннего диалога" – и тело становится монолитом, органично вплавленным в океан такого же единообразного, беспредельного энергетического

* Здесь следует вспомнить о концепции великого "квантового скачка", принятой в теоретической физике. Подробнее см. Fred Alan Wolf. "Taking the Quantum Leap", работы космолога Stephen Hawking (Напр.: The Universe in a Nutshell) и др.

поля. Но стоит обратиться к "деланию" (например, горлового центра или пупка) – "реальность" мгновенно развалится на течения и потоки, затемнения и просветы, воронки и лучи. "Эманации" уже не будут больше абстрактным словом из словаря, они превратятся в действенные пучки, обретут цвет, силу и предназначение. Как видите, всё зависит от фокуса вашего внимания.

Самый глупый вопрос – *а как оно на самом деле?* Потому что на самом деле оно "никак". Если нет точки сборки, нет осознания и произвольного внимания *наблюдателя* (перцептора), Мир возвращается в То, Чем Он является и был всегда, - в *Хаос* (не в смысле "беспорядок", а в смысле "отверстие зияние Бесконечности, из которой может родиться что угодно либо не родиться ничто и никогда"). Это – странное Знание, оно может испугать, но в нем кроется такая Свобода, о которой никто из людей и помыслить не может. Лично мне кажется, что это великое откровение – знать о том, что мир существует для тебя точно так же, как ты существуешь для мира. Друг без друга – вы ничто.

И то же самое с телом. Физическое тело – *это результат организующего усилия* какого-то *энергетического поля* (какого – мы не знаем). Сила и структура данного "усилия" полностью определена тем, что мы называем в *кастанедовской модели первым вниманием*.

И вдруг... происходит весьма необычное событие. Самовольный субъект, по каким-то неестественным причинам, приступает к "чудовищной" манипуляции – он изменяет силу и структуру своего энергетического поля ("осознания") так, что оно прекращает поддерживать те элементы биологического пространства, которые раньше были его "любимыми" (например, некоторые реактивные процессы из сферы психо- и нейрофизиологии, даже биологии и биофизики), но направляет свои освободившиеся силы на элементы, казалось бы, "никчемные", второстепенные, мирно дремавшие в клеточных и полевых массивах.

Во-первых, активизируются обычно инертные зоны коры головного мозга, древней коры, таламуса и гипоталамуса, эпифиза и продолговатого мозга. За ним "просыпается" основание мозга и заторможенные ранее участки ретикулярной формации. Даже неспециалист понимает - гормональная "буря" обеспечена. Перцептивные нейроны заняты интенсивным поиском новых комбинаций, поскольку испытывают сильнейший стресс, который вызван диссонансом с привычными интерпретациями. Согласно законам нейрофизиологии, возбужденные нейроны а) требуют новых структур (*гештальтов*) для "узнавания" сигналов, б) возбуждают все, что с ними физиологически связано, – различные рецепторы, железы и т.д. вплоть до ретикулярной формации, где в первую очередь активизируются изначальные перцептивные паттерны (точки, спирали, круги, аморфные сияния и пр.)

Дон Хуан сказал бы очень просто: "Твой тональ испугался – он готов умереть." Умный нейрофизиолог рассказал бы про новые сигналы, которым нет соответствия в личном опыте, так что в ближайшее время восприятие будет заблокировано корой головного мозга. Вы потеряете сознание на несколько минут, если не случится маленькое чудо – соматика не перестроится, не подключатся

новые части нейронного массива, чтобы произвести "узнавание" (и энергетическую утилизацию) того, чего раньше в опыте не бывало.

Разница – только в количестве слов. Конечно, если вы вдруг обретете критическую массу новых сенсорных сигналов, соматический (и нейрологический) шок неизбежен. Но мы гибкие существа. Где-то там, "под корой", лежит грандиозный запас "запчастей", дополнительных схем, и т.д. Если запчасти и дополнительные схемы понадобятся и смогут проявить себя (а они, эти запчасти, надо сказать, *очень* причудливые!), то уж тональ, приученный к любым выходкам и информационным заскокам, быстро сотворит семантику, подходящую этим "чужеродным" восприятиям. И буквально через несколько мгновений включит их в свою родную "семантическую вселенную". Через неделю вы, может, подумаете, что в данном опыте было далеко не так много нового, как показалось сначала.

Итак, с точки зрения нейрофизиолога переход из *первого* внимания во *второе* выглядит довольно прозаически. Еще одно обучение, и ничего больше?

Да, если забыть, что структура осознания – это не просто система навыков и понятий. Это *энергия*. Та самая энергия, что управляет метаболизмом, делением клеток, активностью нервных синапсов во всех частях ЦНС. Если *первое* внимание "собирает" знакомое нам с детства физическое тело, то второе внимание "собирает"... что?

Несколько лет практики, и вы сможете узнать об этом не из книжек, а из *личного опыта*.

Но это совсем не прогулка и не безобидные приключения. Это – *ПЕРЕСТРОЙКА СИСТЕМЫ*, можно сказать, *вторжение в организмический процесс*. Она может быть полезной и удачной, но так же может оказаться *крайне вредной*.

Важно понять, что сущность толтекского праксиса, как и сущность Трансформации вообще, – *контр-организмическая*. Мы движемся "против" организма, "против" природного течения процессов – старения и смерти. Таким образом, то, что делает нагуалист, – есть своего рода "бунт" против самого Мира (или, если Вам нравится кастанедовский миф, – Орла). Нагуалисты идут своим путем, на свой страх и риск.

В осознанном сновидении, где впервые сновидец хотя бы частично добивается контролируемого восприятия, развитие внимания и его совершенствование начинается в условиях, повторяющих состояние наяву.

Как долго обычный человек, не использующий дисциплину, бывает наяву осознанным? Сколько времени его внимание по-настоящему алертно и отслеживает основные параметры воспринимаемого поля?

Как правило, не более нескольких минут в час. Если бы не стабильность базового состояния, биологическая и социальная вовлеченность в сеть энергообмена, выработанная эволюцией, мы постоянно отвлекались бы от реальности первого внимания и погружались в самодельные грезы, отражающие образы памяти и воображения.

Однако, в *сновидении* базовый энергообмен, закрепленный *телом*, не является решающим критерием для различения "внешнего" и "внутреннего".

Нетрудно понять, почему. Ведь *само состояние сновидения есть диссонанс между перцептивной активностью воспринимающего и сенсорными сигналами физического тела*, которые должны обуславливать точку отсчета и все координаты воспринимаемого. Активное внимание, сосредоточенное на переработке сенсорного материала, **противоречащего** "базовому", идущему от биологических рецепторов организма (которое в первом внимании, как правило, неподвижно лежит или сидит с закрытыми глазами), ведет себя согласно давнему стереотипу, хорошо известному в психологии восприятия, - оно **вытесняет** сигналы, которые не может согласовать со сновидческими восприятиями.

Что мы имеем в результате? Осознанное внимание, повторяя привычку, выработанную наяву, просто *пульсирует*. Пять-десять секунд оно работает, обозревая перцептивное поле, - как бы "проверяя обстановку". А потом может отключиться от внешнего и уйти в себя (направить свою блуждающую активность на внутреннее поле, где любой перцептивный акт, суть которого – вычленение "фигуры" из "фона" – невероятно затруднен), пока в сферу осознаваемого вновь не попадет *значимый сигнал извне*, что заставит внимание еще раз просканировать окружающий энергетический фон. А такие *значимые сигналы* **, надо заметить, далеко не всегда появляются часто. Если иметь в виду, что у большинства начинающих осознанное сновидение длится не больше 5-15 минут, то можно сказать, что одним-единственным "всплеском" все *реальное* восприятие и заканчивается.

Ради эффективной практики *сновидения* мы вынуждены "*осознавать себя*" *на яву* как можно чаще (этому, в частности, и служит сталкерская "внимательность"), чтобы эта привычка перешла и на восприятие в сновидении. Но и этого недостаточно!

Усиливая внимание и осознание наяву, мы, прежде всего, отталкиваемся от *тела* и *привычного тела энергообмена*. Чтобы сделать восприятие в сновидении более последовательным и направленным на *внешнее*, чтобы избавиться от галлюцинируемых образов, транслирующих в сновидимое пространство психическую и психофизиологическую активность, вызванную *внутренними* рефлексиями, мы приступаем к технике целенаправленного формирования *тела сновидения*. Формируя *тело сновидения*, мы успеваем осознать себя в сновидении несколько раз и устранить какую-то часть продукции галлюцинирующего тоналя, выработанной в периоды сновидческой "бессознательности".

Как в теле первого внимания, так и в теле сновидения осознание активизируется произвольным вниманием, функция которого - "собирать сигналы

** "Значимость" сенсорного сигнала – это совсем не абстрактное понятие. Экспериментальная психология выяснила, какими *конкретными характеристиками* должен обладать *значимый* для человеческого внимания сигнал. Подробнее об этом можно узнать из работ по исследованию внимания в современной когнитивной психологии.

Здесь же достаточно указать самые важные параметры, определяющие значимость сигнала: *активность* (интенсивность), *динамичность* (подвижность), *новизна*. Последний параметр наиболее субъективен и тесно связан как с индивидуальной развитостью ориентировочного рефлекса, так и с личным "семантическим миром", принятым субъектом в качестве *привычного* (т.е. с особенностями *инвентарного списка* личностного "описания", *тоналя*). Параметр "новизны" самый гибкий и легко корректируется через *установку* и психическую *саморегуляцию*.

(эманации) в пучок". *Осознание* в данном случае – это *регистрация факта сборки*. Осознание максимально интенсивно только в те мгновения, когда сборка сигналов только что осуществлена. "Собранное" становится *привычным* с той же скоростью, с какой угасает наше осознание. Вот почему мы поддерживаем необходимый уровень активности осознания, вариативно повторяя цикл: *сборка перцептивного пучка - разборка - новая сборка*.

Это происходит в любом режиме восприятия. Наяву этот механизм почти всегда используется бессознательно – **мы "пересобираем" себя, когда нуждаемся в быстрой активизации внимания.**

Любая непривычная позиция восприятия (особенно сновидение) требует целенаправленного выполнения этой работы, поскольку автоматизмы, опирающиеся на базовую "телесность", здесь катастрофически слабеют.

В состоянии *внимания сновидения* эпизод глубокой остановки внутреннего диалога или перцептивного не-делания "разбирает" *как* воспринимаемый мир, *так и тело*. Повторная сборка опять дает импульс осознанности.

Последовательное усиление осознания (не только в сновидении, но и наяву) приводит практика к еще одному парадоксу собственного бытия – к *дублю*.

О "дубле", или магическом "двойнике", всегда много рассуждали, а еще больше – фантазировали, сочиняя легенды и сказки. Не только американские индейцы знают о "двойнике", которым вроде бы может обладать шаман, *брухо, диабlero*. Даосские мастера имели двойников, тибетские "искатели мудрости", йоги и медитаторы, как утверждают сказания, на высших этапах практики обретали способность "находиться в двух местах одновременно". Несмотря на то, что во многих случаях подобные способности – всего лишь плод возбужденного воображения, за ними стоит реальный психоэнергетический феномен, который возможен благодаря тому, что произвольное внимание и осознание является силовыми полями, реализующими себя в квантовом мире как физические процессы и явления.

Конечно, экспериментаторы не имели возможность наблюдать формирование, выделение "дубля" в лабораторных условиях и его синхронное с физическим телом функционирование в мире первого внимания. Но нагуализм, в отличие от традиционного мистицизма, по крайней мере, предлагает психоэнергетическую концепцию, описывающую данный феномен, в которой он является логическим следствием положений толтекской "науки о восприятии". Замечу, что раньше ничего подобного в оккультно-мистических дисциплинах мы не находили – только экзотические аналогии, метафоры и ссылки на Непостижимость Высших Сил Бытия.

Логика нагуализма вполне понятна. Если *тело сновидения* есть не только перцептивное, но и энергетическое поле, демонстрирующее возможность упорядоченного восприятия и осознания в позиции, удаленной от позиции классического тела (физического организма), то лишь от интенсивности вовлеченных силовых потоков зависит, в какой мере тело сновидения проявляет себя как "дубль" сновидящего.

Как правило, вовлеченной в тело сновидения энергии недостаточно, чтобы "двойник" стал видимым для наблюдателя, пребывающего в первом внимании, проявлял выраженную активность, влияя на классические объекты, живые и неживые тела, процессы, явления. Однако, исходя из данной теории, не существует принципиальных преград для возрастания энергетического объема, которое повлечет за собой превращение тела сновидения в магический "дубль" индейских шаманов.

Природа такого "дубля" (двойника) должна быть двойственной и оставлять странное впечатление. С одной стороны, он достаточно материален (локален), чтобы воздействовать на привычный перцептивный мир – то есть, перцептивно устойчив, вызывает массу психокинетических эффектов и т.д. С другой стороны, он все же отражает не биофизическую, а психическую природу "оригинала" – и этим объясняется его не вполне обычное поведение, а частности, неопределенность и проницаемость границы между его сознанием и бессознательным, его чрезмерную чувствительность к психической активности других живых существ (прежде всего, людей) и созданной ими атмосфере.

Впрочем, если бы мы могли наблюдать за поведением тела сновидения любого человека из рациональной позиции первого внимания, то увидели бы ту же картину. Самый дисциплинированный сновидец, самый трезвый и рациональный, с полностью пробужденным осознанием, памятью и самоконтролем, должен вызывать у бодрствующего впечатление, будто наблюдаемый субъект немного "не в себе". Да и вообще, не следует забывать, что выработанная наяву манера рационального, последовательного поведения и реагирования – характеристика социального человека. Он предназначена для общества подобных ему рациональных субъектов и вовсе не критерий, скажем, "психического здоровья", а только успокаивающий сигнал, цель которого подтвердить, что наблюдаемое человеческое существо "конгруэнтно" наблюдателю, т.е. находится в той же, что и наблюдатель, позиции точки сборки. Чего никак не скажешь про магического "двойника", ибо само его существование возможно благодаря сильному смещению точки сборки "раздвоившегося" экспериментатора.

В связи с возможностью магического "дубля" иногда возникает теоретический вопрос (который, помнится, занимал и самого Кастанеду): *а где во время раздвоения находится осознание?* Оно также "раздваивается" или происходит что-то другое? Иногда подобные теоретики даже высказывают предположение, что существует "две точки сборки" – одна для дубля, другая – для оригинала.

Идеи такого сорта возникает из-за прискорбного непонимания некоторых последователей дона Хуана, *что* такое вообще точка сборки. В этой и предыдущих работах я много писал по этому поводу, так что не буду повторяться. Каждый читатель Кастанеды и сторонник нагуализма должен понимать, что осознающее существо всегда обладает только одной точкой сборки – иного быть не может ни в каком случае. Мы можем расчленить собственное психическое пространство, вытеснить какие-то его области во тьму бессознательного; шизофреники могут

страдать раздвоением личности, а невротики – раздвоением роли и самооценки, но *точка сборки* – поле, которое объединяет и связывает в некую целостность сенсорные сигналы – *всегда одна*. Но ее поведение бывает необычным и даже феноменальным.

Например, продвинутый "маг" может одновременно функционировать в физическом теле и в теле своего "дубля". Как возможно такое "одновременное осознание"? Кажется, без двух точек сборки тут не обойтись. Хотя в обычной жизни мы легко допускаем, что человек способен заниматься двумя делами одновременно (или почти одновременно), разделять внимание между руками, ногами и головой. И совсем не нуждаемся в идее двух (или более) точек сборки, чтобы объяснить, как пианист произвольно двигает десятью пальцами, да еще и нажимает ногами на педали.

Конечно, когда речь идет об одновременном функционировании дубля и физического тела, внимание и восприятие расщепляется более впечатляющим образом, но даже здесь – в загадочной "магии" – *одно* осознание, имеющее *одну* точку сборки, выполняет две последовательности операций параллельно.

Ведь и дубль, и оригинал – только две проекции *одного энергетического объекта (поля)*. В определенном смысле они относятся друг к другу так же, как внутри одного поля внимания относятся между собой, скажем, центр и периферия. Всё уже "собрано", и внутри этой собранности фокус *сжимается* или *размазывается*, передвигается или остается неподвижным. Если какая-то часть собранного поля оказывается далеко на периферии фокуса внимания, эта часть может на время быть почти "вытеснена" из осознаваемой площади, но никогда не отделится от нее, ибо навсегда связана с целостностью перцептивной силой "сборки".

Таким образом, *одно* осознание, собранное *одной* точкой, способно обеспечить параллельную работу *двух* тел – либо благодаря быстрому перемещению фокуса внимания, либо временно вытесняя на периферию то одну, то другую часть поля.

Надо сказать, что оккультисты нередко приписывают двойнику нечеловеческие качества, что психологически легко объяснимо, в конце концов, двести лет назад человека, погруженного в гипнотический транс, именовали "медиумом" или "одержимым". Стандартное метафизическое мышление приписывает "дублю" какую-то-особую "субстанцию", из которой он состоит, как будто речь идет, по меньшей мере, о гомункуле или существе, явившемся "с того света".

Дубль - не более чем *alter ego*, проявление психики "оригинала", выражающее все его достоинства и недостатки, духовную чистоту и проблемы его бессознательного. Как точно заметил дон Хуан в одной из книг Кастанеды: *"Если сновидящий мрачен, то и дубль его мрачен. Если сновидящий забавен, то и дубль его забавен."*

Проще говоря, *ваши "дубль"* – *это вы*. Все "энергии", которые вовлечены в его проявление, собраны и накоплены вами. Если сновидец небезупречен, или он таит в себе скрытый гнев, презрение, гордыню и прочие психологические уродства,

его "дубль" без особых стеснений демонстрирует это "грязное белье", потому что не-социален и не озабочен рефлексиями насчет того, что о нем скажут возможные свидетели.

Поэтому, если "маг" в душе "мерзок и гадок", но скрывает это от окружающих, "дубль" обязательно выдаст его. "Дубль" – для "безупречных воинов", а вовсе не для "эго-маньяков", в тайне ненавидящих или презирающих человечество.

Дон Хенаро был весел и обладал своеобразным "индейским юмором". Вполне можно представить, как он в виде дубля летал между эвкалиптами, или делал вид, что выпускает газы, "сотрясая горы". Но это вовсе не значит, что так же будут вести себя наши или европейские сновидцы. Возможно, их поведение будет менее забавным.

Если говорить о технологии достижения дубля, то здесь многое зависит от индивидуальной конституции сновидящего. Общим является только *метод* – усиление тела сновидения до некоторого критического уровня.

Так или иначе, занимаясь развитием тела сновидения, мы создаем *лишь предпосылки* для проявления дубля. Сама квантовая природа мироздания не допускает однозначности. Это *вероятностная* игра энергий. Возникновения дубля – всегда *флуктуация* в высшей степени "уплотненного" осознания.