

## Возможность осмысления феномена осознанного сна средствами философии

Научный руководитель – Кузнецов Василий Юрьевич

*Шпота Юлия Андреевна*

*Студент (бакалавр)*

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Философский факультет, Кафедра онтологии и теории познания, Москва, Россия

*E-mail: shpota.yulya@mail.ru*

Что такое осознанный сон (далее - ОС)?

Стивен Лаберж предлагает следующее определение: осознание себя бодрствующим во сне. Данный момент дает возможность абстрагироваться от пассивного созерцания происходящего, воздействовать на него.

Поскольку сон считается воображаемым миром сновидца, то в нем становится возможным многое из того, что в реальности невозможно. Зависит от полёта фантазии и желания. ОС открывает не только большое поле для экспериментов (полёты, прохождение сквозь стены, изменение предметов и т.д.), но и, по утверждению Ст.Лабержа, позволяет осуществить процесс обучения, вести борьбу со страхами, развить творческий потенциал, в целом, способствует самосовершенствованию и улучшению качества реальной жизни [1].

Краткие исторические обзоры исследователей [3] данного феномена позволяют говорить, что вопрос о сущности и статусе осознанных снов в большей степени ставился в рамках религиозно-мистических учений, в которых ОС является одной из практик. Хоть и нельзя не вспомнить существенный вклад в исследование сновидений К.Г.Юнгом и З.Фрейдом, для которых сновидение было «провозвестником бессознательного» и «царской дорогой» к нему, феномен ОС если ими и затрагивался, но тщательно не рассматривался, хотя исключение может составить личный опыт К.Г.Юнга [5].

Что касается попыток философов осмыслить, в принципе, феномен сновидения, то здесь имеющиеся сведения остаются весьма скудными, а лингвистический поворот в философии вообще позволил сказать Н.Малкольму, что сновидений нет, есть только рассказы о них [2], хотя и это правомерно считать вариантом осмысления. Интересна позиция В.П. Руднева [4], который, как нам кажется, затрагивает сразу несколько проблем, связанных с осмыслением феномена сновидения: возможность выражения, вопрос о толковании, взаимосвязь с бессознательным и реальным.

Однако, насколько нам известно, вопрос о феномене ОС (в отличие от феномена сновидений) напрямую философами не ставился. Уже это может служить основанием, чтобы задать вопрос об осмыслении.

Как именно мы должны подойти к изучению ОС? Может ли дать прояснение данного феномена некий новый аспект рассмотрения представлений об осознанности (сознании), реальности, человеку, его понимании пространства, времени и своих возможностей? Внесет ли это новую корректировку в рассмотрение дихотомий сон/явь, реальное/воображаемое, сознательное/бессознательное?

Как нам кажется, исследование может осуществляться в следующих направлениях.

Во-первых, личный опыт. Однако трудность заключается в том, что ОС есть не у всех людей. Нельзя с уверенностью сказать, что практики, направленные на достижение осознанного сна, работают для каждого. Даже если это можно считать проблемой, все-таки более существенной проблемой ставится вопрос о статусе и ценности ОС. И то и другое кажутся весьма сомнительным.

Во-вторых, что вытекает из вышесказанного, пролить свет на данную проблему позволяет научно-психологический подход, основателем которого по праву считается Ст.Лаберж.

В-третьих, обращение к источникам мистико-религиозного развития мысли, в которых так или иначе затрагивается феномен ОС.

В-четвертых, рассмотрение вопроса о влиянии вариантов выражения феномена ОС в продуктах культуры (кино, видеоигры) на понимание этого феномена.

Представляется, что такое разностороннее исследование способно дать почву для философского осмысления ОС и обозначить возможные направления развития мысли в отношении вышеназванных вопросов.

### **Источники и литература**

- 1) Лаберж Стивен. Осознанные сновидения. М., 1996.
- 2) Малкольм Н. Состояние сна. М., 2014.
- 3) Минделл Арнольд. Сновидение в бодрствовании. АСТ., 2004.
- 4) Руднев В.П. Новая модель сновидения. М., 2014.
- 5) Юнг К.Г. Воспоминания, сновидения, размышления. Минск, 2003.