

---

---

# ВНУТРЕННИЙ МИР ЧЕЛОВЕКА

---

С.С. Корнеенков

## РЕТРОСПЕКЦИЯ: ПЕРИНАТАЛЬНЫЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ ДУШИ/СОЗНАНИЯ В МАТЕРИИ (ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ В ИЗМЕНЁННОМ СОСТОЯНИИ СОЗНАНИЯ)

---

**Аннотация.** Рассматриваются вопросы перинатальной психологии. Теоретическое и экспериментальное исследование построено на гипотезе о том, что человек: а) является саморазвивающимся существом, в его сознании сохраняются все переживания, связанные с внутриутробным периодом развития; б) находясь в изменённом состоянии сознания способен вспомнить те психические состояния и переживания, которые он испытывал во время перинатального периода жизни. Цель исследования: 1. Изучить научную и йогическую литературу по проблеме единения сознания души и материи в перинатальный период жизни индивида; 2. Провести экспериментальное изучение переживаний, восприятия и мышления индивида в изменённом состоянии сознания в разные периоды перинатального развития. Объект исследования: изменённое состояние сознания. Предмет исследования: особенности восприятия, мышления и переживания индивидуального сознания: а) до момента встречи с оплодотворенной яйцеклеткой; б) в момент и после образования зиготы; в) в первые дни жизни ребенка. Применялась разработанная автором интегральная технология обучения и самопознания (ИТОиС) с использованием не только бодрствующего сознания индивида, но и изменённого состояния сознания (ИСС). Вхождение в ИСС осуществлялось в несколько этапов по определенному алгоритму с применением следующих методик самопознания: установки, настройки, концентрации, музыки, медитации, суггестии, самовнушения, молитвы, мантры, сонатстройки. Впервые получены экспериментальные данные об особенностях восприятия, мышления и переживания в изменённом состоянии сознания в перинатальный период развития индивида. Овладение медитацией позволяет осознанно воспринимать «другую» реальность, принимать свой внутренний мир и окружающую действительность как единое целое. В медитации (ИСС) можно проводить самоисследование, самообучение согласно поставленным целям. Данная технология позволяет успешно изучать теоретический и практический курс психологии и педагогики, анатомии и физиологии, а также любую дисциплину, предусмотренную программой обучения в вузе.

**Ключевые слова:** перинатальная психология, индивидуальное сознание, медитация, Универсальное Сознание, перинатальные переживания, изменённое состояние сознания, зачатие, эмбрион, дух, настройка.

### Введение и научный обзор

Формированию целостных представлений о механизмах репродуктивной функции человека препятствуют сложившиеся в науке парадигмы, где человек представлен только биосоциальным существом. За биологическим телом человека скрывается не только социальная история человечества, но гораздо большее – вся Вселенная с ее бесконечными проявленными и непроявленными энергиями и силами. В связи с этим представляется актуальным интегральный подход к изучению природы и эволюции человека. Жизнь земного человека начина-

ется с внутриутробного периода, который изучает перинатология. В 1976 г. было создано Европейское общество перинатологов. В нашей стране основоположником перинатологии считают Н.Л. Гармашеву и Л.С. Персианинову, в дальнейшем появились ученики и последователи. Дородовая психология и медицина возникли совсем недавно и изучают жизнь и психобиологическое развитие плода. Перинатальная (от греч. *peri* – вокруг, поблизости + *natalis* – относящийся к рождению) физиология и психология изучают особенности зачатия и развитие зиготы, эмбриона, плода, т.е. самый ранний период жизни живого существа, который скрыт от

прямого наблюдения. Эти знания большей частью касаются физиологического, патофизиологического, биохимического направлений. Исследований в области перинатальной психологии, – по мнению И.В. Добрякова, – значительно меньше и посвящены они в основном психотерапевтической помощи беременным женщинам, семьям, ожидающим ребенка, семьям новорожденных<sup>1</sup>. По его мнению, перинатальной психологией могут заниматься врачи и психологи, придерживающиеся различных форм психотерапии. Перинатальная психология изучает закономерности развития человека на ранних этапах, т.е. в пренатальной, перинатальной и неонатальной фазах, она как бы открывает дверь в общую психологию. Необходимы исследования законов в области более тонкой материи, ибо биологическое тело живых существ, психика, жизненные силы, душа и дух представляют собой единую энергоинформационную систему. Три вехи в жизни человека: зачатие, рождение и смерть требуют самого пристального изучения со стороны науки, ибо это таинство имеет Вселенское значение. Вместе с тем с психологической точки зрения перинатальный период жизни человека исследован наукой более чем поверхностно.

В психологии принято считать, что главным существом человека является личность. Личность – временное существо, она не может сотворить саму себя, построить физическое тело с головным мозгом, она не знает, откуда человек пришёл, зачем он пришёл и куда уходит после смерти. Человек сам мало что осознаёт, ещё меньше может что-то делать, т.к. силы в нём спят. Он не знает, как появляется его потомство, т.е. он знает, что надо произвести определённые действия для зачатия, а произойдёт ли оно или нет – не знает. Если зачатие произошло, то не знает, как развивается плод – это всё от человека не зависит, он сознательно плод не выращивает, не прилагает своей воли к развитию плода. До двух месяцев иногда и не сознаёт, что плод уже появился, т.е. плод сам развивается, а когда готов – сам даёт понять, что пора родиться. Но если взрослый человек не управляет этим процессом рождения, то малосознательный плод тем более ничего в этом не смыслит. «Не личность и характер являются самыми главными в перерождении, а психическое существо (душа), которое пребывает за эволюцией природы и эволюционирует

вместе с ней»<sup>2</sup>. Психическое, уходя из тела, сбрасывает тонкие покровы, ментальное и витальное, и уносит с собой не физические события, эмоции и чувства, способности или черты характера, а глубинную суть переживаний, то, что можно назвать божественным элементом. Это постоянное прибавление помогает в развитии по направлению к Божественному<sup>3</sup>. Когда душа получает тело, служащее ей домом, то природа физического, природа ума, витального и ментального «...составляется из множества личностей, а не из одной, как предполагается, хотя есть одно центральное существо»<sup>4</sup>. Все процессы, связанными с зачатием, рождением, ростом, развитием, старением, умиранием, ритмом жизни составляют единую непрерывную цепь эволюции, которой управляют силы души, вызываемые к активности причинными существами и тем, кто ещё выше причинных существ. Знание **законов и ритмов** проявления в материи (теле человека) сознания души составляет насущную проблему науки. Земная жизнь личности есть только крупинка видимого бытия той сущности, которую принято называть душой. Без знания своей души человек не может быть полноценным существом, претендующим на звание хозяина природы. Поэтому о рождении ребёнка молятся богам – великим и малым, или Единому Богу. Йоги для этой цели используют естественный инструментарий: особые звуки-мантры, интуицию, концентрацию, созерцание, медитацию. Например, Шри Йогананда мог переносить своё сознание во внутриутробный период жизни человека. Он пишет: «Если и существует мир теней, или ад, то это девять месяцев, которые вы проводите в материнском теле беспомощными заключёнными, прикованными к одному месту, подобно дереву... Вы начинаете брыкаться именно в те мгновения, когда к вам приходят воспоминания о прошлой жизни. Я знаю, о чем я говорю, ибо переносил свое сознание в эти пренатальные состояния»<sup>5</sup>.

Для погружения в психический мир, где время и пространство имеют другие характеристики, не нужны искусственные приборы. Необходимо обла-

<sup>1</sup> Добряков И.В. Перинатальная психология. СПб.: Питер, 2010.

<sup>2</sup> Шри Ауробиндо. Письма о йоге. Книга первая. Часть 3. М.: Амрита-Русь, 2004. С. 84.

<sup>3</sup> Там же. С. 84.

<sup>4</sup> Там же. С. 88.

<sup>5</sup> Йогананда Парамаханса. Вечный поиск. М.: Саттва, Трансперсональный ин-т, 2004. С. 94.

дать естественной силой ума и соответствующими способностями, уметь перемещать внимание на заданные участки психики, где хранится информация о прошлом, о пережитом. Каким бы способом ни проводилось внутреннее самопознание, оно всегда вызывает не только уважение со стороны специалистов, но и определённую насторожённость. Это связано с тем, что полученные в изменённых состояниях сознания и медитации знания могут быть настолько необычными, что приводят другие умы в замешательство, ломают устойчивые стереотипы картины мира и научное мировоззрение. Традиционная медицина и психология даже не ставят вопрос о возможности сохранения в памяти плода переживаний во время внутриутробной жизни, т.к. у него ещё нет психического опыта, неразвита кора головного мозга, не сформированы соответствующие центры и функциональные системы, нервные клетки не миелинированы. Тем не менее, по утверждению С. Грофа, основателя перинатальной психологии, переживания во время родов «в мельчайших деталях запечатлены в нашей памяти вплоть до клеточного уровня и оказывают глубокое влияние на наше психологическое развитие»<sup>6</sup>. «Роды жестко прерывают внутриутробное существование эмбриона. Он «умирает» как водный организм и рождается как воздуходышащий»<sup>7</sup>. Феномены окolorодовых переживаний описывались на протяжении эпох в религиозной, мистической и оккультной литературе разных стран. Но нам в научной и религиозной-мистической литературе не встречались данные о **возможности сохранения в памяти, а значит и о возможности воспроизведения переживаний тех моментов жизни, когда душа (дух) готовится к воплощению в материальное тело**. Безусловный интерес представляют знания о том, что **происходит в момент встречи души с биологическим телом индивида, как развивается душа, психика и биологическое тело в первые минуты, часы и дни своей внутриутробной жизни**.

Жизнедеятельность человека можно условно разделить на два периода – внутриутробный (перинатальный) и жизнь после рождения (постнатальный). Новая жизнь начинается с момента слияния мужской и женской половых клеток, что фиксируется индивидуальным генетическим ко-

дом. Главная особенность данного таинства заключается в том, что этот **момент времени** для индивида и Вселенной неповторим, больше никогда не возникнут подобные внешние и внутренние условия, расстановка сил и энергий, как в этот момент. Пришедшая на землю индивидуальность постоянно находится под влиянием многочисленных взаимодействующих сил, которые можно свести в несколько больших групп. Первая – это наследственная генетическая программа родителей, предков и всего человечества, которая сохраняется в каждом индивидууме. Вторая – действия трех космических сил. Эти действия природы в индийских писаниях называются качествами или гунам (саттва, раджа, тамас)<sup>8</sup>. Гуны связывают все объекты Вселенной от атома до галактик в единое целое и держат их под совершенным контролем. Постепенно включается третий фактор – социальное воздействие, воспитание и обучение, движение сил энергий социальной среды. Четвёртый фактор, это **сила движения индивидуального сознания или души**. Сила-сознание души создает и формирует человека, делает его святым или грешником. Пятый: если учесть, что каждый человек есть искра Божья, то главным движущим фактором, управляющим развитием человека, является **Универсальное Сознание, которое интегрирует в себе все силы жизни и смерти. Абсолют управляет бесчисленными силами Вселенной, их взаимодействие носит интегральный и непредсказуемый характер для ума человека**<sup>9</sup>. В каждое мгновение жизни индивида соотношение этих факторов постоянно меняется. Сила Универсального Сознания управляет жизнью каждого человека (как и жизнью природы), но наш ум осознает и видит только те энергии (факторы), которые доступны сенсорной системе и рациональному мышлению.

Согласно учению йоги, физическое тело человека и психика строятся на основе более тонкой энергетической структуры сознания, называемой в йоге астральным существом, которое, в свою очередь, создается душой – искрой духа, что объясняет феномен внутриутробной и более ранней памяти вполне объясним. Индивидуальная душа об-

<sup>8</sup> Шри Ауробиндо. Собр. соч. Т. 17. Синтез йоги – I. СПб.: Адити, 2010. С. 270.

<sup>9</sup> Йогананда Парамаханса. Бхагавадгита: Беседы Бога с Арджуной. Царственная Наука Богопознания. М.: София, 2013; Шри Ауробиндо. Собр. соч. Т. 17. Синтез йоги – I. СПб.: Адити, 2010.

<sup>6</sup> Гроф С. Путешествия в поисках себя. М.: Изд-во Трансперсонального ин-та, 1994. С. 56.

<sup>7</sup> Там же. С. 57.

ладает непрерывающимся сознанием и содержит в своей памяти опыт всех своих воплощений на земле. «Именно Дух обеспечивает существование всех душ во всех их бесчисленных инкарнациях»<sup>10</sup>. Как индивидуальное «Я» душа помнит все свои переходы из тела в тело, в то время как эго (личность) находится в полном забвении этого феномена. «Полностью освобожденное существо сознает, что всевозможные обличья во всех его воплощениях принимал не кто иной, как дух»<sup>11</sup>. В таком случае можно (и нужно) говорить не о воплощениях личности, а о воплощениях души.

Исследования последних десятилетий показывают, что человек может самостоятельно с **определенной долей достоверности** вспомнить, просмотреть и пережить всю свою жизнь с момента зачатия и до реального времени. Необходимым условием для такого экскурса в прошлое является востребованность врожденной способности к медитации, вхождению в ИСС, когда пробуждается наша ретроспективная память. В гипнотическом состоянии возможно в деталях проследить и вспомнить не только внешнюю деятельность из своего далекого детства, но и свои мысли того времени<sup>12</sup>. В работах С. Грофа представлены экспериментальные данные о переживаниях своего перинатального периода жизни под воздействием ЛСД или при помощи холотропного дыхания<sup>13</sup>. Эти психические феномены С. Гроф обозначает как **«перинатальные переживания»**<sup>14</sup> и относит их к глубоким уровням бессознательного, которые не были ранее описаны психоаналитиками. Основные характеристики перинатального периода в исследованиях С. Грофа сосредоточены на проблемах переживаний биологического существования, рождения, физической боли, умирания или ранней смерти. Глубокие уровни переживаний с применением ЛСД

обычно достигались после «значительного числа сеансов психодинамического характера»<sup>15</sup>. С. Гроф указывает, что невозможно дозированным приемом ЛСД объяснить попадание пациента в тот или иной период жизни, а также содержание переживаний. Никогда нельзя предсказать, какие последуют переживания после принятия ЛСД, т.е. при помощи психотропных сеансов невозможно вызвать целенаправленного переживания того или иного психофизиологического процесса, состояния, воспоминаний прошлого и образов (предвидения) будущего. Образы и переживания, вызванные холотропным дыханием или принятием ЛСД, всегда непредсказуемы, крайне динамичны и всегда нуждаются в интерпретации глубокого специалиста. Но интерпретация – это уже вымысел, попытка объяснить необъяснимое.

Сеансы холотропного дыхания и принятие ЛСД применялись не только в целях терапии, но и со здоровыми добровольцами. С. Гроф отмечает, что те люди, которые испытали филогенетические переживания, считают этот опыт необыкновенно достоверным и убедительным. Нередко приходят озарения, которые «изобилуют медицински точными прозрениями, относящимися к анатомической, психологической и биохимической сторонам затронутого процесса»<sup>16</sup>. Сеансы ЛСД или холотропного дыхания не являются единственным методом, когда можно вновь пережить перинатальные состояния. Итальянский психоаналитик С. Фанти обосновал существование психического развития в эмбриональный период развития человека. Он разработал специальную методику микропсихоанализа, где основой служит практика свободных ассоциаций на материале жизненного опыта<sup>17</sup>. Подобные переживания могут возникать и у больных шизофренией, и при навязчивых состояниях, т.е. при психопатологии. В древности существовали религиозные ритуалы, которые способствовали возникновению глубоких переживаний. Внутренние переживания сами по себе имеют определенную ценность и привлекают своей необычностью. Для этого применялись психоактивные вещества, танцы, голодание, шок,

<sup>10</sup> Йогананда Парамханса. Бхагавадгита: Беседы Бога с Арджуной. Царственная Наука Богопознания. М.: София, 2013. С. 502.

<sup>11</sup> Там же. С. 503.

<sup>12</sup> Грмак Л.П. Моделирование состояний человека в гипнозе. М.: Наука, 1978; Шерток Л. Гипноз. М.: Медицина, 1992.

<sup>13</sup> Гроф С. Области человеческого бессознательного. М.: Изд-во Трансперсонального ин-та, 1994; Гроф С. Психология будущего: Уроки современных исследований сознания. М.: АСТ и др., 2003; Гроф С. Путешествия в поисках себя. М.: Изд-во Трансперсонального ин-та, 1994.

<sup>14</sup> Гроф С. Области человеческого бессознательного. М.: Изд-во Трансперсонального ин-та, 1994. С. 118.

<sup>15</sup> Там же.

<sup>16</sup> Гроф С. Психология будущего: Уроки современных исследований сознания. М.: Изд-во АСТ и др., 2003. С. 92.

<sup>17</sup> Фанти С. Микропсихоанализ. М.: Центр психологии и психотерапии, 1995.

физические пытки, лишения сна и многие другие практики<sup>18</sup>. Специалисты отмечают, что когда имеются внутренние переживания, очень непросто определить их достоверность. Это может сделать только духовный учитель. Порой человек ищет новые (необычные, острые, яркие) переживания, его не интересует реальность и истинность. С подобными переживаниями и знаниями мы встречаемся при чтении фантастической литературы. Можно попасть в полную зависимость от внутренних переживаний и постоянно к ним стремиться. Тем не менее, нужно научиться отличать внешнюю жизнь от внутренней, истинные переживания от ложных, истинные знания и ошибочные. Ведь и научные знания постоянно обновляются и уточняются.

Шри Ауробиндо постоянно отмечает, что природа человека двойственна. «В человеческом существе всегда есть два разных сознания: одно внешнее, в котором он обычно живет, другое внутреннее и скрытое, о котором он ничего не знает»<sup>19</sup>. Когда кто-то выполняет садхану (духовную практику), внутреннее сознание начинает открываться и приходят «все виды переживаний»<sup>20</sup>. Когда человек оставляет внешнее сознание, он сначала входит во внешнее витальное, внешнее ментальное или внешнее физическое и при этом теряется чистота (истинность) восприятия<sup>21</sup>.

Помимо названных структур человека, представляющих активную силу природы и находящихся в постоянном движении, есть неподвижная сознательная сущность – душа, она всегда неизменна<sup>22</sup>. В двойственном единстве души и природы существует низшее, обычное человеческое состояние бытия, которое имеет множество подуровней, и высшее божественное, в котором состояние двойственности исчезает<sup>23</sup>. При вхождении ума в ИСС, которое отличается от обыденного сознания, но не является состоянием души, открывается другой мир. Ум, погружаясь вовнутрь, может получить

совершенно новые виды переживаний и знаний. Эти образы и переживания такие же реальные, как и в обычном состоянии сознания.

Шри Ауробиндо говорит своим ученикам, что в этих погружениях информация приходит либо из витального ума, из которого приходят все выдумки и длинные истории, либо «от маленьких существ, привязанных к физическому уму, который подхватывает любое бессвязное внушение и представляет его уму, только чтобы посмотреть, будет ли оно принято»<sup>24</sup>. Витальный ум (подсознание) – великая привычка, он не может обойтись без фантазий. Лучше быть отрешённым и безразличным, тогда со временем можно отбросить эту привычку<sup>25</sup>. Информация из ментального уровня значительно достовернее, но необходимо стремиться к единению с душой, в этом случае мы застрахованы от ошибок и ложной информации. Во время погружения в себя обыденное сознание «имеет тенденцию смолкать или умерять большую часть своей деятельности», при этом может нахлынуть витальный ум или механический физический, или «беспорядочный подсознательный ум»<sup>26</sup>. Все они вносят волнения, страсти, что искажает истинное видение.

Огромным таинством и ответственным моментом является время соединения души (индивидуального сознания) с зарождающимся биологическим телом человека. По мнению Шри Ауробиндо, эта связь может произойти в разное время, здесь не существует общего правила, в каждом отдельном случае допустимы различные варианты. Душа иногда «может вступить в контакт с родителями и окружением нового человеческого существа еще до его появления на свет, начиная с момента зачатия, осуществляя контроль над формированием индивидуальности еще в эмбриональном состоянии в утробе матери»<sup>27</sup>. Бывает, что душа соединяется с телом в момент рождения, или даже позже, тогда жизнь в теле поддерживает не сама душа, а её эманация<sup>28</sup>. Бывает, что «младенец соприкасается со своим психическим существом (душой) с первым криком во время рождения», или спустя несколько часов, дней и месяцев после рождения,

<sup>18</sup> Козлов В.В. Психотехнологии изменённых состояний сознания. М., 2005; Тарт Ч. Изменённые состояния сознания. М., 2003.

<sup>19</sup> Шри Ауробиндо. Письма о йоге. Книга первая. Часть 2. М.: Амрита-Русь, 2004. С. 188.

<sup>20</sup> Там же.

<sup>21</sup> Там же. С. 189.

<sup>22</sup> Шри Ауробиндо. Собр. соч. Т. 18. Синтез йоги – II. СПб.: Адити, 2012. С. 164.

<sup>23</sup> Там же. С. 165.

<sup>24</sup> Там же. С. 223.

<sup>25</sup> Там же. С. 224.

<sup>26</sup> Там же. С. 221.

<sup>27</sup> Шри Ауробиндо. Мать. В поисках души нетленной. Фрагменты из работ. СПб.: Адити, 1997. С. 121.

<sup>28</sup> Там же. С. 122.

или вообще никогда<sup>29</sup>. Если душа не вселяется, то в этом случае человек не может прожить долго, тем более развиваться. Если психическое существо (душа) недостаточно сильно, то оно не может быть абсолютно уверено, что все запланированное будет полностью реализовано в новом рождении. Могут произойти непредвиденные вещи «такие, как полный срыв запланированной программы воплощения или частичное осуществление замысла»<sup>30</sup>. Формирование психического существа «начиная с маленькой искры и до полностью сознательного зрелого существа, занимает не одно тысячелетие. «Многие тысячи лет уходят на то, чтобы душа превратилась в сознательное существо, обладающее собственной волей и способностью определять свою будущую жизнь»<sup>31</sup>. Парамахамса Йогананда пишет, что «энергия жизни входит в тело вместе с душой (в астральной оболочке души) в момент зачатия. По указанию души прана постепенно строит (в соответствии с индивидуальной кармой) из оплодотворенной яйцеклетки тело младенца; она же поддерживает существование этого тела в течение всей жизни»<sup>32</sup>. Подобные мысли высказывает и К.Г. Юнг. Он пишет: «...бессознательное задолго наперед подготавливает грядущие события, и потому они могут быть предугаданы людьми, обладающими даром ясновидения»<sup>33</sup>. Из этих примеров видно, что чистое сознание (дух) при помощи энергии жизни (праны) предопределяет зарождение, жизнь и смерть человека во всех деталях.

Шри Ауробиндо особенно отмечает, что идея перевоплощения в новых условиях в зависимости от заслуг или грехов настоящей или прошлых жизней «является результатом примитивного человеческого понимания «справедливости», далекого от философского подхода и духовных реалий и противоречащего истинному предназначению земной жизни, представляющей собой эволюцию души на основе приобретенного опыта»<sup>34</sup>. В ходе эволюции

душа добивается определенных изменений в природе, и человеческое страдание следует рассматривать не как наказание, наложенное Богом за грехи, а как средство, необходимое для изменения природы человека.

Если будущие родители с радостью ждут ребёнка, то очень часто точно знают, какого пола будет ребёнок, в какое время он родится, какое ему дать имя и многие другие важные жизненные особенности. Безусловно, эти уникальные случаи относятся к подготовленным и духовно развитым родителям, которые готовы принять приход высокой сущности. Но и «обычные» родители во время спонтанного транса, интуитивно могут многое узнать о будущем своих детей, своей личной и семейной жизни. Знание будущего для тех, кто к этому готов, позволяет более осознанно строить настоящую жизнь, осуществлять контроль своей программы развития, осознавать смысл жизни.

Долгожданный ребёнок (биологическое тело) вступает в контакт со своей душой гораздо раньше, нежели те дети, которые для родителей было неожиданным или нежелательным. Если ребёнок желанный, как со стороны матери, так и со стороны отца, то душа появляется в момент оплодотворения. Если ребёнок «случайный», то душа входит в тело в первые месяцы жизни эмбриона или перед его рождением. Соединение души с телом возможно и после родов, что происходит, если у ребёнка есть физические или психические отклонения, а также при клонировании. Следует отметить, – пишет Шри Ауробиндо, – что условия будущего рождения намечаются, главным образом, не во время пребывания в мире психических существ (т.е. где душа пребывает после оставления тела), но в момент смерти. «Именно в это время психическое определяет для себя, какой опыт ему необходимо получить в следующем земном воплощении и какие условия потребуются для этого создать»<sup>35</sup>. Выбор будущей жизни в момент смерти «не распространяется на подробности и детали человеческой индивидуальности в следующем воплощении, а определяет лишь общие черты и направления»<sup>36</sup>. Внутренняя личность начинает развиваться (или продолжает свое развитие) сразу после того, как образовалась зигота, а душа постоянно контролирует ход эволюции сознания индивида. **Всеми**

<sup>29</sup> Там же.

<sup>30</sup> Там же. С. 129.

<sup>31</sup> Там же. С. 138.

<sup>32</sup> Йогананда Парамаханса. Бхагавадгита: Беседы Бога с Арджуной. Царственная Наука Богопознания. М.: София, 2013. С. 569.

<sup>33</sup> Юнг К.Г. Воспоминания, сновидения, размышления. М.: АСТ-ЛТД, Львов: Инициатива, 1998. С. 287.

<sup>34</sup> Шри Ауробиндо. Мать. В поисках души нетленной. Фрагменты из работ. СПб.: Адити, 1997. С. 122.

<sup>35</sup> Там же. С. 121-122.

<sup>36</sup> Там же. С. 128.

*процессами зачатия, рождения и становления индивида руководит Божественное Сознание, связывая индивида бесчисленными нитями с Единым Сознанием Человека.* Каждый индивид влияет на развитие всего человечества, как и человечество на развитие индивида.

Человек – это самоосуществляемая программа жизни, которая управляется Абсолютом, Духом, Богом. **Осознание этого факта, принятие антиципирующего действия самодетерминации, принятие судьбы означает принятие всей жизни в целом такой, какова она есть.** Сознание становится раскрытым, когда познана двойственная природа своего рождения и бесконечность жизни. Человек явно недооценивает того факта, что у него есть душа (душевная жизнь) и личность (земная жизнь). Родиться, попасть в материальную жизнь – большое счастье и большая удача, это чудо Матери-Природы. Огромное количество душ ожидают своего времени и не могут воплотиться произвольно. Поэтому нужно научиться ценить радость рождения, своё физическое тело, особенности жизни и не забывать о том, кто ты есть.

По описаниям Шри Йогананды, когда наступает время, душа вновь устремляется в материальную жизнь. В момент интимной близости родителей возникает вспышка света, энергии, к которой устремляются ожидающие нового рождения души иного мира, если вибрации соответствуют их собственным. Подобное притягивает подобное, но действуют и многочисленные другие факторы, например, выбор времени и места рождения, индивидуальная карма, миссия. Йогическая и духовная литература утверждают, что духовная матрица перед воплощением подбирает наиболее потребностную материальную матрицу, производную от генов будущих родителей. В своём **синтезе** они порождают третью материальную матрицу – ребенка, у которой абсолютно индивидуальная судьба и программа жизни на Земле.

Рассматриваемые выше вопросы определили цель нашего экспериментального исследования.

## **Гипотезы, цель, объект, предмет и методы исследования**

Рассматриваются вопросы перинатальной психологии. Теоретическое и экспериментальное исследование построено на гипотезе о том, что человек: а) является саморазвивающимся существом, в его сознании сохраняются все переживания, связанные

с внутриутробным периодом развития; б) находясь в изменённом состоянии сознания способен вспомнить те психические состояния и переживания, которые он испытывал во время перинатального периода жизни. Цель исследования: 1. Изучить научную и йогическую литературу по проблеме единения сознания души и материи в перинатальный период жизни индивида; 2. Провести экспериментальное изучение переживаний, восприятия и мышления индивида в изменённом состоянии сознания в разные периоды перинатального развития. Объект исследования: изменённое состояние сознания. Предмет исследования: особенности восприятия, мышления и переживания индивидуального сознания: а) до момента встречи с оплодотворенной яйцеклеткой; б) в момент и после образования зиготы; в) в первые дни жизни ребенка.

Для ответа на поставленные вопросы применялась разработанная автором интегральная технология обучения и самопознания (ИТОиС), что подробно представлено в работах<sup>37</sup>. Особенность ИТОиС связана с тем, что в ней используется не только бодрствующее сознание индивида, но и изменённое состояние сознания (ИСС). Обучение вхождению в ИСС осуществлялось в несколько этапов по определенному **алгоритму** с применением следующих методик самопознания: **установки, настройки, концентрации, музыки, медитации, суггестии, самовнушения, молитвы, мантры, сонастройки**. В дальнейшем все прошедшие обучение научились самостоятельному погружению в ИСС используя свернутый алгоритм, при этом погружение в себя осуществляется в несколько секунд. Главный элемент ИТОиС – создание сонастройки (настройки на высшее «Я») в ИСС. Особенность всех ИСС, а значит ощущений, восприятий и переживаний в том, что ум личности в это время полностью находится в другой реальности – во внутреннем мире – и доверяет ему так же, как

<sup>37</sup> Корнеев С.С. Интегральная психология и педагогика самопознания. Владивосток: Изд-во ТГЭУ, 2010; Корнеев С.С. Интроспекция, концентрация и сонастройка – методы обучения, самопознания и психотерапии // Психология и психотехника. 2013. № 3; Корнеев С.С. Некоторые особенности восприятия, переживаний и мышления в изменённых состояниях сознания // В мире научных открытий. 2011. № 5.1. (17); Корнеев С.С. Психологическое самоисследование и психотерапия личности в изменённом состоянии сознания // NB: Психология и психотехника. 2013. № 1; Корнеев С.С. Самодиагностика психофизиологических состояний, восприятие и мышление в изменённом состоянии сознания // Высшее образование сегодня. 2012. № 5.

и миру обыденной реальности, воспринимаемому бодрствующим сознанием. При правильной **настройке** на объект исследования сфокусированным сознанием постепенно происходит развертывание энергоинформационного поля исследуемого объекта с переводом информации в определенную знаковую систему, т.е. в слова, образы, схемы или ощущения. Качественной настройке на объект помогает сонастройка на волны высшего «Я», и тогда высшее «Я» контролирует поток информации об объекте. В экспериментальном исследовании участвовало более 50 добровольцев – студентов университета второго курса разных специальностей экономического профиля. Исследование проводилось в рамках изучения курса «Психология и педагогика».

**Теоретическая и практическая новизна работы.** Впервые получены экспериментальные данные об особенностях восприятия, мышления и переживания души/сознания в пред- и перинатальный период развития индивида.

### Экспериментальное исследование

Ниже представлены некоторые оригинальные протоколы самоисследования в ИСС под общей темой: «**Я – душа. Встреча с материей, зачатие и развитие**». Вхождение в ИСС, концентрацию и медитацию, сонастройку студенты называют одним словом – медитацией. Этот термин мы и сохраним в описании переживаний внутриутробного периода жизни. Записи медитаций приводятся почти полностью и дословно, автор намеренно не даёт по этому поводу никаких комментариев или собственной интерпретации.

Все участники до этого прошли четырёхмесячный курс по развитию способностей вхождения в ИСС. В начале занятий, как и обычно, идёт постановка темы самоисследования. Вход в ИСС – под голос преподавателя, затем включается музыка продолжительностью 5 минут, выход из ИСС, запись исследования (протоколы №№ 1-4). Исследование (протокол № 5) было проведено студенткой самостоятельно в домашних условиях. Темы, предложенные для изучения в ИСС, никогда ранее не обсуждались со студентами, название тем для них было неожиданным и новым. Но, тем не менее, после каждого погружения в себя исследователь говорит, что возникает такое чувство, что всё это он уже знал и раньше, но только почему-то не вспоминалось.

### **Протокол № 1. Евгения С.** **Время медитации: 5 мин.** **Время записи: 29 мин.**

«Я очень кратко опишу своё состояние, которое мне пришлось пережить до медитации, во время и после. Состояние отрешённости, волнение в душе и сердце. Погружение в себя прошло достаточно медленно, очень трудно хоть на секунду отвлечься от мира действительности. И все-таки на какие-то секунды мне это удалось.

Я видела себя на небесах, подо мной простирались белые облака, которые очень сильно напоминали вату. Я стояла как бы на пьедестале. А вокруг меня кружились девушки в танце. Они были в белых одеяниях, платья их как будто бы были сплетены из бело-серой паутинки, волосы белоснежные, как пушок спадали на плечи, обрамляя лица. Лица были спокойные, удовлетворённые, а их глаза улыбались мне. Я стояла в их кругу и кружилась в такт с ними. Но внешность моя, какой я себя знаю, была абсолютно противоположна той девушке, которая стояла в центре. Хотя я полностью чувствовала, ощущала и знала, что это именно я. Затем их руки расплелись и мне помогли выйти из круга, подвели к какому-то «человеку», оставили меня перед ним, а сами, низко склонив головы, удалились. Я не знаю, кто стоял передо мной, человек, или что-то ещё. Я его не видела, но всем телом чувствовала его присутствие. И он заговорил со мной. Голос был очень мягким, обволакивающим и очень успокаивающим. Это был мужской голос. Он говорил, что мне нужно идти, что меня уже ждут, что уже пора. Я спросила его: «Можно ли остаться здесь с ним?» А он ответил: «Ты нужна людям, твоя миссия там». Я спросила: «Буду ли я помнить всё, что было раньше, т.е. здесь?». Он сказал: «Нет, они об этом сами узнают, ничего им не говори. Да ты и не сможешь, всё из твоей памяти исчезнет». Затем он рукой раздвинул облака, и я увидела землю. Он указал мне на женщину (молоденькую девушку) и сказал: «Ты пойдёшь к ней, она ждёт тебя». Я не помню её лица. Затем он показал мне дорогу, и я пошла. Потом какой-то пробел... И я уже нахожусь где-то в тёплом месте и вижу перед собой маленькое тельце. А «голос» мне говорит: «Оно принадлежит тебе, иди!». Дальше опять пробел. Затем я чувствую себя как-то странно, немного тяжеловато физически и я знаю, что я уже в нём. И так тепло, уютно, спокойно становится, я заворачиваюсь в комочек и начинаю ждать... Очень интересно, я бы наверно часами так сидела и смотрела. Но время медитации подходит



к концу, надо готовиться на выход. Из медитации выходила плавно-плавно, состояние очень-очень спокойное. Сейчас я кратко опишу всё, что со мной было. Сердце и душа успокоились».

### **Протокол № 2.**

**Евгения Р.**

**Время медитации: 5 мин.**

**Время записи: 35 мин.**

«Немного болела голова, состояние сонное, настроение подавленное. Пришлось настраивать себя на работу больше обычного. Погружение было быстрое. Мне это не представляло труда, т.к. я находилась в полумедитативном, спокойном состоянии.

Я увидела себя где-то на облаках. Я была там не одна. Нас было много, у нас не было тел. Мы представляли собой одинаковые непонятные фигуры: одного размера, одного роста. Но почему-то отличались цветами. Кто-то был ярко красного цвета, кто-то зелёного, а кто-то коричневого. Я была светло-голубого цвета с оттенком серого внизу. Мы резвились друг с другом, кто мы – я не знала, т.к. ни лиц, ни рук у нас не было, но я понимала, что мы живые, настоящие, что мы что-то, что мы не пустое место, что мы существуем не просто так, мы есть.

Мне было легко, хорошо и весело. Я была счастлива. Но потом кто-то из нас поманил всех к краю этого самого огромного облака, где находилось наше царство. И все остальные подлетели. Мы посмотрели вниз и увидели людей, много людей. Я подлетела ниже и увидела печальных молодых людей. Их глаза были наполнены слезами, почему, я не знала. Я возвратилась опять на облако, мне было немного грустно, но я быстро забыла увиденное. Тут раздался какой-то громкий, величественный звук. Мы обернулись и увидели огромного золотого человека, т.е. он весь светился золотом. Он помнил пальцем меня и ещё нескольких «пятен» из моего общества. Я немного испугалась, но вместе с другими подошла к нему. Он улыбнулся, нежно дотронулся до меня и величественно сказал: «Пора».

Я почувствовала, как какая-то неумолимая, огромная сила потянула меня вниз. Я куда-то летела с огромной скоростью. Я увидела поле, леса, реки, озеро, но очень быстро. Тут я подлетела к этим людям, которых недавно увидела. Я узнала в них своих нынешних родителей. Они были только намного моложе, чем сейчас. Я увидела, как мой папа поцеловал маму и нежно взял её руку. Вдруг я опять понеслась назад в небеса и очутилась на

том же самом облаке. Но ко мне подошёл уже не тот золотой человек, а старец, седой-седой старец. Он сказал: «Это твои родители, твои будущие родители. Они очень ждут тебя». С этими словами он подхватил меня и принёс на землю. Я увидела мою мать, лежащую на кровати. Она тихо спала. Потом к ней подошёл отец и опять поцеловал её ... Вдруг я оказалась в темноте. Мне стало как-то страшно и не по себе. Я очень испугалась, но смутно увидела лицо старца. Он сказал: «Не бойся, живи». И я поняла, что нахожусь в утробе своей матери. Мне стало немного грустно, потому что я больше не смогу играть на небе с моими друзьями, но я должна ждать, ждать долгое время, пока не появлюсь на свет, пока не увижу свой первый лучик солнца, пока не вздохну впервые своими лёгкими. Но мне уже не было так грустно, ведь я вспомнила слова старца о том, что мои родители очень хотят и ждут меня. Я была в утробе и чувствовала, что меня уже любят.

Состояние после медитации хорошее, спокойное. Но мои мысли сейчас о том, как бывает плохо, когда родители ждут своего ребёнка, а его всё нет и нет и, быть может, никогда не будет. Ещё ужасней, когда ребёнок появляется в утробе матери и ждёт своего часа, своего появления на свет, а ему не дают этого, его убивают. А ведь он надеется, что его помнят, любят и ждут».

### **Протокол № 3.**

**Владимир К.**

**Время медитации: 5 мин.**

**Время записи: 34 мин.**

«До медитации ощущал себя ровно и спокойно. Я стал «видеть» ещё до того, как был окончен счёт до десяти. Я оказался словно в подводном мире, чуть мутная вода, но мне это показалось странным, здесь не было никакой живности: ни рыб, ни водорослей, только выступы подводных скал. Из одного такого выступа, словно из ущелья, виднелось нечто вроде трубообразной формы. Из этой «трубы» сплошным, непрерываемым потоком вырывались пузырьки. Да, обыкновенные пузырьки. Но они отличались друг от друга: одни были просто прозрачны, но другие были наполнены желтоватым светом изнутри. Они все словно спешили куда-то, словно соревновались. Было понятно, что прозрачные пузырьки вообще неконкурентоспособны, а наполненные светом – были наполнены жизнью, посему они соревновались между собой. Но вот я увидел, как из той самой трубы, вперемешку с про-

зрачными и светящимися пузырьками вырвался наружу ярко-матово-оранжево-красный пузырёк, я понял: этот наделён ещё большей жизнью и победит именно он. Именно он, что называется, станет настоящим человеком, что, впрочем, можно понимать по-разному. Затем я увидел, как из своей шахты вылетела настоящая ракета. Тогда я сравнил себя со звёздами, к которым она полетела. Очень уж их много и никогда не знаешь, на какой она приземлится. Вообще, в процессе оплодотворения таится нечто странное: миллиарды сперматозоидов и огромное, бесчисленное, нескончаемое количество духов. Как они выбирают друг друга, как становятся единственными, случайно или некто ещё более могущественный помогает им? Самое удивительное я увидел дальше. После рождения каждого ребёнка кладут на весы, ведь так? Так вот, эти весы словно поднимаются над землёй к небесам, которая становится огромным театром, они словно представляют Богу того, кто появился на свет и Бог дотрагивается до каждого младенца своей рукой, словно раздаёт каждому его судьбу. Может поэтому утверждают, что судьба predetermined ещё в утробе?

Вышел из медитации легко, после всего увиденного мне было радостно и спокойно. Отождествление, т.е. пребывание «там» полное».

### **Протокол № 4.**

**Марина Т.**

**Время медитации: 5 мин.**

**Время записи: 32 мин.**

«До медитации я была весёлой, энергичной, не слишком обременённой проблемами. Погружение прошло легко, было полным и глубоким.

Я – дух. Мне показалось, что у каждого человека свой дух, который вселился в него во время зачатия. Дух – это не одно целое, которое присутствует во всех людях, а как будто их много и каждый просто ищет подходящую материю, которую он оживит. Есть сильные, а есть слабые духи. Соответственно те, кто сильнее ищут себе и более сильную материю. Наверное, именно поэтому рождаются разные люди, одни сильные, красивые и талантливые, а другие менее одарённые. Всё зависит от духа, который присутствовал, нет, который свершил зачатие.

Мне представился перекрёсток, место, в котором должны столкнуться три силы: мать, отец и дух. Если хотя бы одна из этих сил пройдёт мимо, то зачатие не произойдёт. Мне показалось, что дух

(мой дух) – яркая горящая полоса, что-то вроде следа от кометы. Дух – это сила, которая подталкивает сперматозоид к яйцеклетке, это то, что даёт ему силу достичь «мать». Яйцеклетка – нечто неподвижное, это самое начало. Сперматозоид – движущийся, ищущий, это второе начало. **Дух – сила и свет, который их соединяет и наполняет будущего зародыша содержанием.**

Момент этой встречи мне представился взрывом, но не уничтожающим, а образующим. Это как столкновение огромных сил, это яркая вспышка. Наверно, наглядным примером был бы ёлочный шар (прозрачный с мишурой внутри). Яйцеклетка – само стекло, сам сосуд. Сперматозоид – внутреннее содержание, а дух – свет и сила развития зародыша. После их столкновения отверстие в шаре, через которое проникал дух и сперматозоид, закрывается, образуется жилище. И этот светящийся шар начинает раскручиваться всё сильнее и сильнее, потом меняет форму... Так происходит постоянно, пока не сформируется нормальный человек, готовый появиться на свет.

Моё время медитации закончилось, пора возвращаться. Самочувствие нормальное, спокойное. Запись и воспоминание происходит как бы само собой, легко, просто, без напряжения».

**Тема исследования. Как проходили мои роды? Почему меня не кормила молоком моя мать? Как повлияло на моё психическое развитие то, что меня вскормила молоком другая женщина? Как отразилось на душевном и физическом самочувствии моей мамы то, что не она кормила меня молоком?**

### **Протокол № 5.**

**Оля В.**

**Время медитации: 12 мин.**

**Запись медитации: 60 мин.**

«До медитации была совершенно спокойна. В медитацию вошла, как только закрыла глаза. С первых минут я стала ощущать себя совершенно по-другому. Во-первых, я оказалась в полнейшей темноте, во-вторых, я находилась в какой-то жидкости, в-третьих, дышалось хотя и свободно, но как-то не так, как это происходит в нормальном моём состоянии, в-четвертых, пространство, которое меня окружало, было замкнутым, да и сама себе я казалась очень маленькой и невесомой. Через некоторое время я как бы адаптировалась в новой среде и поняла, что нахожусь в ней уже довольно долго, что мне здесь очень хорошо, но меня посто-

янно мучает вопрос, а есть ли что-нибудь за этим замкнутым пространством? И если есть, то что? Живёт ли там кто-нибудь? Какова жизнь там снаружи? Кто является обладателем тех голосов, которые я так часто слышу в последнее время? Вскоре эти вопросы заинтересовали меня до такой степени, что мне захотелось не только получить на них ответы, но и самой оказаться вне этой замкнутой оболочки, окружающей меня. Я стала продвигаться вперед. К тому же, что-то говорило мне, что это уже давно пора сделать, и что я двигаюсь в верном направлении. Но, как только я оказалась снаружи, меня что-то ослепило, мне стало трудно дышать, и на меня навалилась какая-то тяжесть, я захотела вернуться назад, но, увы, это оказалось невозможным. Меня кто-то взял, пошлёпал, но видно это не оказало на меня должного влияния. Вокруг меня началась какая-то суета: меня куда-то понесли, положили, стали колотить. Мне было очень больно, чувствовала себя просто ужасно, больше всего сейчас мне хотелось вернуться назад туда, где мне было так хорошо и уютно. Я то теряла сознание, то вновь приходила в себя, но никак не могла привыкнуть к тем условиям, которые теперь меня окружали. Не знаю, сколько времени я находилась в таком состоянии. Вдруг я услышала какой-то голос, который исходил из самой меня. Он сказал: «Ты человек! Ты создана, чтобы жить в этом мире и покорять его, нравится тебе это или нет. В этом мире есть люди, которые очень любят тебя и с нетерпением ждали твоё появление на свет. Неужели ты хочешь огорчить их, принести им боль и страдания?». Я же сказала, сама себе: «Зачем же они делают больно мне?». Тот же голос ответил: «Это не они. Это врачи, которые, причиняя тебе боль, пытаются спасти тебя. Но они не понимают, что пока ты сама не захочешь жить, они ничем не смогут тебе помочь». «Кто такие эти врачи?» – спросила я. «Думаю, что тебе стоит жить, хотя бы ради того, чтобы получить ответы на свои многочисленные вопросы» – получила я ответ. Немного подумав, я решила последовать совету и стала прислушиваться к тому, что творится вокруг меня, а заодно попыталась осмотреться, но толком ничего не увидела, так как изображение было мутное и неразборчивое. И в этот момент я впервые ощутила чувство голода, я ужасно захотела есть. Вдруг ко мне кто-то подошёл, взял меня и куда-то понёс, затем меня передали какому-то другому человеку, и я услышала, как кто-то сказал: «Познакомься, малышка, это твоя мама». Меня приложили к чему-то большому и те-

плому, не знаю почему, но я вдруг поняла, что меня сейчас будут кормить. И мне сразу стало хорошо: и оттого, что боль прошла, и оттого, что у меня появился мой первый друг, который уже давно заботится обо мне и любит меня – это моя мама.

Вдруг меня словно что-то подбросило вверх, и я оказалась в небольшой комнате, в которой ничего не было кроме кресла и зеркала на всю стену комнаты. Я села в кресло и оказалась напротив зеркала, я уже была сама собой, а не новорожденным младенцем. Не знаю почему, но меня уже не очень удивила эта резкая перемена. Я сначала сидела молча и смотрела на своё отражение. Потом мне захотелось поговорить со своим двойником и посмотреть, что из этого получится, и я спросила, но не вслух, а мысленно: «Почему меня не кормила молоком моя мать, после того как нас выписали из роддома?». И тут же получила ответ, хотя по-прежнему вслух не было произнесено ни единого слова: «После родов у твоей матери возникли некоторые физиологические проблемы и молоко пропало. Тебе в кормилицы подыскали неплохую женщину. Она была очень доброй, заботливой, добросовестной и ответственной, ты ей сразу понравилась и она тебе тоже. Ты никогда не проказничала, когда она брала тебя на руки. Она стала для тебя второй матерью. Потому, что тебя кормила молоком другая женщина, это не очень отрицательно сказалось на твоём психическом развитии. Твоё психическое развитие происходило как у всех нормальных детей». После этого я ещё немного посидела молча и опять мысленно спросила: «А как отразилось на душевном и физическом самочувствии моей мамы то, что не она кормила меня молоком?». Ответ был таков: «На физическом здоровье это практически не отразилось, а вот душевных мук было предостаточно. Когда мать кормит грудью своего ребенка, между ними появляется тонкая, но очень прочная связь, они начинают понимать друг друга без слов. Так как твоя мама не кормила тебя грудью, между вами не возникла такая связь. Что-то похожее на связь между матерью и ребенком была у тебя с женщиной, которая тебя вскармливала. Представь, каково же было твоей матери видеть, как ты тянешь свои ручонки навстречу чужой женщине, как улыбаешься ей, оставаясь довольно равнодушной по отношению к ней самой. Когда тебе исполнилось 2-3 года, ты никогда не ходила за ручку со своей мамой, зато послушно шла туда, куда звал старший брат. Как бы ты себя чувствовала на её

месте, видя, что твой собственный ребёнок тебя не признаёт?». Меня очень огорчил этот ответ, я никак не могла представить, что когда-то так себя вела, тем более что сейчас у меня с моей мамой самые замечательные отношения.

Вход в медитацию и полнота отождествления: приближенно 80 %. Из медитации вышла как-то неожиданно для себя, глаза сами собой открылись. Чувствую себя хорошо, спокойно. Вывод: я поняла, что можно очень многое узнать и почувствовать во время медитации, чего не могу узнать, почувствовать в реальной жизни».

**Общие выводы.** Анализ литературных и эмпирических данных, собеседования с участниками экспериментального обучения позволяют сделать определенные выводы об особенностях восприятия, мышления и переживаний формируемого сознания в перинатальный период жизни человека.

Стоит особенно отметить, что все искусственные методы погружения в себя, способствующие видению прошлого, не есть объективное видение мира. Объективное восприятие доступно только высшему «Я» (душе). Истинное сознание невозможно спровоцировать «на дачу достоверных показаний» никакими искусственными методами. К объективному видению и пониманию жизни люди стремятся посредством трансформации эго, сознания внешней личности и реализации сознания души и Абсолюта.

Как правило, абсолютное большинство людей, практикуя ИСС или медитацию, находятся далеко от сознания высшего «Я». Если же погружение было глубоким, и достигнуто единение с душой (как, например, в глубоком сне без сновидений), то при выходе из этого состояния обычный человек не помнит своих переживаний, это доступно только мастерам медитации. Однако образы и переживания при неглубоком погружении, могут долго сохраняться в оперативной, кратковременной и долговременной памяти<sup>38</sup>.

При соответствующих условиях и предварительной подготовке можно научиться входить в ИСС, переживать необычные ощущения и видения, в частности, собственное внутриутробное развитие. Естественно, у нас нет убедительных объективных доказательств того, что подобные

переживания действительно имели место в ранней жизни индивида. Достоверность полученных знаний невозможно проверить устоявшимися в психологии, педагогике и психотерапии научными методами. Глубина внутренней концентрации во всех описываемых случаях самая разнообразная, разнообразны и переживания, чувства, внутренние зрительные и слуховые восприятия. Если применить язык йоги, то этот уровень погружения в ИСС соответствует витальному плану сознания, который имеет много подуровней. Более точные знания можно получить с внутреннего ментального уровня, достоверные – с уровня сверхсознания, т.е. от души.

Ретроспективное исследование в ИСС своей внутриутробной жизни связано с активизацией глубинной памяти и переводом возникающих образов и мыслей в бодрствующее сознание. В йоге говорится, что организм человека строится сверху вниз (от духа к материи), что его формирование есть самый сложный процесс слияния души, жизни, ума и компонентов физического тела. Существует голографическая матрица, на которой сохраняется весь наш жизненный опыт с первых секунд зачатия и даже в более ранние периоды, т.е. до зачатия. Воспоминание и описание переживаний внутриутробного периода жизни, в данных исследованиях, возможно, носит символический характер, у нас нет прямых достоверных доказательств, что это происходило именно так. Но многие косвенные подтверждения (расспросы родителей) внушают оптимизм к качеству полученного материала.

В йогической литературе отмечается, что переживания во время медитации могут быть истинными, если человек находится в правильно настроенном сознании. «Существуют также ложные голоса и переживания», если человек психологически не готов к подобным переживаниям, эгоистичен, думает о себе как о великом человеке, считает свои переживания важными, преувеличивает их значение<sup>39</sup>. Внутренние переживания не являются бесполезными, они помогают более полному раскрытию сознания личности, приносят знания с других психических миров и других планов бытия (подсознания, сверхсознания). Глубокое погружение в себя способствует наступлению покоя, гармонии, знания, чистоты, наполняет созна-

<sup>38</sup> Корнеенков С.С. Психологическое самоисследование и психотерапия личности в изменённом состоянии сознания // NB: Психология и психотехника. 2013. № 1.

<sup>39</sup> Шри Ауробиндо. Письма о йоге. Книга первая. Часть 3. М.: Амрита-Русь, 2004. С. 117.

ние личности силой и энергией. Внутренний опыт представляет ценность и несет в себе определенную истину. Внутренний мир такая же реальность для нашего сознания, как и внешний.

Исследование внутреннего мира имеет ярко выраженный психотерапевтический эффект, гармонизирует психосоматическое состояние, развивает и закрепляет целый ряд положительных личностных качеств: терпение, спокойствие, уравновешенность, ответственность за свои действия и слова. По мере овладения практикой медитации у человека появляется повышенный интерес к самопознанию, к изучению курса вузовских дисциплин, т.к. они принимают непосредственное участие в постановке вопросов исследования и получают ответы в развернутой форме от своего внутреннего источника. Занятия строятся по принципу «от студента», а не «от программы» или желаний преподавателя. Каждое занятие носит исследовательский характер, что делает его максимально интересным и продуктивным.

Медитация является незаменимым источником познания самого себя, внешней и внутренней реальности как единого целого, она развивает мышление и интуицию. Мышление при этом приобретает ярко выраженный творческий характер, формируются новые понятия и смыслы жизни. Устное и письменное изложение материала отличается логичностью и многочисленными ассоциативными связями, где открываются новые знания.

Интегральная технология раскрытия сознания позволяет осуществить индивидуальный подход в обучении и воспитании, т.к. этот процесс проводится силой собственного сверхсознания. Человек на собственном опыте узнает, что все знания в нем уже есть, что его возможности безграничны и жизненный путь зависит только от него самого.

Овладение концентрацией и медитацией позволяет осознанно воспринимать «другую» реальность, принимать свой внутренний мир и окружающую действительность как единое целое. Находясь в ИСС, человек прислушивается к самому себе, вступает в связь с подсознанием и сверхсознанием. В медитации (ИСС) можно проводить самообучение, самовоспитание, находясь в домашней обстановке или во время отдыха на природе, а также во время выполнения любых видов деятельности. Данная технология (ИТОиС) позволяет успешно изучать теоретический и практи-

ческий курс психологии и педагогики, анатомии и физиологии, а также любую дисциплину, предусмотренную программой обучения в вузе<sup>40</sup>. По существу, человек может доверять только своему глубинному сознанию, своей душе, поэтому необходимо всячески развивать способности, связанные с восприятием и пониманием как внешней, так и субъективной реальности. При этом нужно помнить, что точность восприятия и понимания любой информации зависит от уровня развития сознания: чем он выше, тем объективнее знания. Поэтому все знания, полученные в ИСС, как бы они ни были логичны и достоверны на первый взгляд, требуют тщательной практической проверки. Как и любые знания, продуцируемые нашим умом, они могут быть неполными, ошибочными, гипотетическими и требуют максимальной осторожности в их применении и использовании. Интегральная технология обучения и самопознания в бодрствующем и изменённом состояниях сознания открывает огромные перспективы в методологии познания и развития сознания человека, в образовании, обучении, психотерапии. Между бодрствующим и изменённым сознанием существует постоянная тесная связь. Эта связь может быть актуализирована, т.е. после выхода из ИСС индивид способен полностью воспроизвести (письменно или устно) содержание переживаний или наличие мыслей, приходящих в ИСС. Это специфический метод самопознания, вид рефлексии в другой реальности.

Обучение в ИСС, диалог с самим собой, эмоциональные и ментальные переживания воспринимаются индивидом как естественный процесс и ход событий, который по существу никогда не прерывается, происходит понимание, что внутренняя и внешняя жизнь тесно взаимосвязаны. Данная способность является естественной для человека, если нет на то каких-то психофизиологических ограничений, однако с возрастом она может исчезнуть. Индивидуальное бодрствующее сознание составляет лишь небольшую часть всей психики/сознания человека, большая же часть скрыта в глубинах его подсознания и сверхсознания.

<sup>40</sup> Корнеенков С.С. Некоторые особенности восприятия, переживаний и мышления в изменённых состояниях сознания // В мире научных открытий. 2011. № 5.1. (17); Корнеенков С.С. Самодиагностика психофизиологических состояний, восприятие и мышление в изменённом состоянии сознания // Высшее образование сегодня. 2012. № 5.

## Список литературы:

1. Гримак Л.П. Моделирование состояний человека в гипнозе. М.: Наука, 1978. 272 с.
2. Гроф С. Области человеческого бессознательного. М.: Изд-во Трансперсонального ин-та, 1994. 278 с.
3. Гроф С. Психология будущего: Уроки современных исследований сознания. М.: Изд-во АСТ и др., 2003. 458 с.
4. Гроф С. Путешествия в поисках себя. М.: Изд-во Трансперсонального ин-та, 1994. 342 с.
5. Добряков И.В. Перинатальная психология. СПб.: Питер, 2010. 272 с.
6. Йогананда Парамаханса. Бхагавадгита: Беседы Бога с Арджунной. Царственная Наука Богопознания. М.: София, 2013. 1232 с.
7. Йогананда Парамаханса. Вечный поиск. М.: Саттва, Трансперсональный ин-т, 2004. 608 с.
8. Козлов В.В. Психотехнологии изменённых состояний сознания. М., 2005. 544 с.
9. Корнеев С.С. Интегральная психология и педагогика самопознания. Владивосток: Изд-во ТГЭУ, 2010. 412 с.
10. Корнеев С.С. Интроспекция, концентрация и сонастройка – методы обучения, самопознания и психотерапии // Психология и психотехника. 2013. № 3. С. 266-273.
11. Корнеев С.С. Некоторые особенности восприятия, переживаний и мышления в изменённых состояниях сознания // В мире научных открытий. 2011. № 5.1. (17). С. 545-563.
12. Корнеев С.С. Психологическое самоисследование и психотерапия личности в изменённом состоянии сознания // NB: Психология и психотехника. 2013. № 1. С. 38-88.
13. Корнеев С.С. Самодиагностика психофизиологических состояний, восприятие и мышление в изменённом состоянии сознания // Высшее образование сегодня. 2012. № 5. С. 34-38.
14. Тарт Ч. Изменённые состояния сознания. М., 2003. 288 с.
15. Фанти С. Микropsихоанализ. М.: Центр психологии и психотерапии, 1995. 351 с.
16. Шертюк Л. Гипноз. М.: Медицина, 1992. 224 с.
17. Шри Ауробиндо. Мать. В поисках души нетленной. Фрагменты из работ. СПб.: Адити, 1997. 180 с.
18. Шри Ауробиндо. Письма о йоге. Книга первая. Часть 2. М.: Амрита-Русь, 2004. 272 с.
19. Шри Ауробиндо. Письма о йоге. Книга первая. Часть 3. М.: Амрита-Русь, 2004. 218 с.
20. Шри Ауробиндо. Собр. соч. Т. 17. Синтез йоги – I. СПб.: Адити, 2010. 336 с.
21. Шри Ауробиндо. Собр. соч. Т. 18. Синтез йоги – II. СПб.: Адити, 2012. 368 с.
22. Юнг К.Г. Воспоминания, сновидения, размышления. М.: АСТ-ЛТД, Львов: Инициатива, 1998. 480 с.

## References (transliteration):

1. Grimak L.P. Modelirovanie sostoyanii cheloveka v gipnoze. M.: Nauka, 1978. 272 s.
2. Grof S. Oblasti chelovecheskogo bessoznatel'nogo. M.: Izd-vo Transpersonal'nogo in-ta, 1994. 278 s.
3. Grof S. Psikhologiya budushchego: Uroki sovremennykh issledovaniy soznaniya. M.: Izd-vo AST i dr., 2003. 458 s.
4. Grof S. Puteshestviya v poiskakh sebya. M.: Izd-vo Transpersonal'nogo in-ta, 1994. 342 s.
5. Dobryakov I.V. Perinatal'naya psikhologiya. SPb.: Piter, 2010. 272 s.
6. Iogananda Paramakhansa. Bkhagavadgita: Besedy Boga s Ardzhunoi. Tsarstvennaya Nauka Bogopoznaniya. M.: Sofiya, 2013. 1232 s.
7. Iogananda Paramakhansa. Vechnyi poisk. M.: Sattva, Transpersonal'nyi in-t, 2004. 608 s.
8. Kozlov V.V. Psikhotehnologii izmenennykh sostoyanii soznaniya. M., 2005. 544 s.
9. Korneev S.S. Integral'naya psikhologiya i pedagogika samopoznaniya. Vladivostok: Izd-vo TGEU, 2010. 412 s.
10. Korneev S.S. Introspektsiya, kontsentratsiya i sonastroika – metody obucheniya, samopoznaniya i psikhoterapii // Psikhologiya i psikhotehnika. 2013. № 3. S. 266-273.
11. Korneev S.S. Nekotorye osobennosti vospriyatiya, perezhivaniy i myshleniya v izmenennykh sostoyaniyakh soznaniya // V mire nauchnykh otkrytii. 2011. № 5.1. (17). S. 545-563.
12. Korneev S.S. Psikhologicheskoe samoissledovanie i psikhoterapiya lichnosti v izmenennom sostoyanii soznaniya // NB: Psikhologiya i psikhotehnika. 2013. № 1. S. 38-88.
13. Korneev S.S. Samodiagnostika psikhofiziologicheskikh sostoyanii, vospriyatie i myshlenie v izmenennom sostoyanii soznaniya // Vysshee obrazovanie segodnya. 2012. № 5. S. 34-38.
14. Tart Ch. Izmenennyye sostoyaniya soznaniya. M., 2003. 288 s.
15. Fanti S. Mikropsikhoanaliz. M.: Tsentr psikhologii i psikhoterapii, 1995. 351 s.
16. Shertok L. Gipnoz. M.: Meditsina, 1992. 224 s.
17. Shri Aurobindo. Mat'. V poiskakh dushi netlennoi. Fragmenty iz rabot. SPb.: Aditi, 1997. 180 s.
18. Shri Aurobindo. Pis'ma o ioge. Kniga pervaya. Chast' 2. M.: Amrita-Rus', 2004. 272 s.
19. Shri Aurobindo. Pis'ma o ioge. Kniga pervaya. Chast' 3. M.: Amrita-Rus', 2004. 218 s.
20. Shri Aurobindo. Sbranie sochinenii. T. 17. Sintez iogi – I. SPb.: Aditi, 2010. 336 s.
21. Shri Aurobindo. Sbranie sochinenii. T. 18. Sintez iogi – II. SPb.: Aditi, 2012. 368 s.
22. Yung K.G. Vospominaniya, snovideniya, razmyshleniya. M.: AST-LTD, L'vov: Initsiativa, 1998. 480 s.