

ROBERT MONROE

JOURNEYS OUT
OF THE BODY

РОБЕРТ МОНРО

ПУТЕШЕСТВИЯ ВНЕ ТЕЛА

«СОФИЯ»  2 0 1 6

УДК 159.96
ББК 86.6
М77

Перевод с английского К. Семенова

Монро Роберт

М77 Путешествия вне тела / Перев. с англ. — М.: ООО Книжное издательство «София», 2016. — 320 с.

ISBN 978-5-906791-79-5

Вы держите в руках уникальную книгу.

Это рассказ очевидца о сотнях внетелесных путешествий, а испытавший их человек — очень хороший наблюдатель. Ничего сравнимого с этой книгой не было еще никогда.

«Путешествия вне тела» — классическая работа о внетелесных переживаниях и астральных путешествиях. Преуспевающий американский бизнесмен против своей воли столкнулся с этим явлением и, руководствуясь поразительным мужеством и здравомыслием, взялся за его исследование. Роберт Монро изучал свой опыт объективно и беспристрастно; он использовал научный подход и был готов к экспериментам на себе в сотрудничестве с учеными. Монро с юмором описывает только то, что видел и ощущал, не прибегая к досужим домыслам, но слово «смерть» Монро теперь употребляет только в кавычках.

УДК 159.96
ББК 86.6

Journeys Out of the Body
Copyright © 1971, 1977 by Robert A. Monroe

This translation is published by arrangement with Doubleday,
part of The Doubleday Publishing Group,
a division of Random House, Inc.

Все права зарезервированы, включая право на полное
или частичное воспроизведение в какой бы то ни было форме.

Содержание

Предисловие.....	6
Введение.....	10
Глава 1. Волшебная палочка или молот?.....	25
Глава 2. Поиски и открытия.....	38
Глава 3. Свидетельские показания.....	53
Глава 4. Здесь и сейчас.....	69
Глава 5. Бесконечность, вечность.....	84
Глава 6. Зеркальное отражение.....	99
Глава 7. Post mortem.....	116
Глава 8. «...Ибо сказано в Писании...».....	132
Глава 9. Ангелы и архетипы.....	144
Глава 10. Разумные животные.....	153
Глава 11. Награда или наказание?.....	163
Глава 12. Неразгаданные тайны.....	174
Глава 13. Второе Тело.....	185
Глава 14. Разум и сверхразум.....	200
Глава 15. Сексуальность во Втором Состоянии.....	212
Глава 16. Предварительные упражнения.....	226
Глава 17. Отделение от тела.....	241
Глава 18. Анализ событий.....	253
Глава 19. Статистический анализ.....	269
Глава 20. Никаких доказательств.....	283
Глава 21. Предположения: что принесет будущее?.....	295
Эпилог. Психологический портрет.....	309

ПРЕДИСЛОВИЕ

С того дня, когда я дописал последние строки рукописи «Путешествий вне тела» и передал ее издателем, в мире и в моей личной жизни произошло очень много событий.

Открыто примкнув к чрезвычайно подозрительной группировке, помеченной званиями «экстрасенситивов», «сверхчувственников», «чокнутых» и, обобщенно, «парапсихологов», я испытал, мягко говоря, довольно занятные ощущения. Издание этой книги почти буквально «сорвало с меня маску» здравомыслящего и верного традициям делового человека.

Впрочем, по большей части, последствия оказались совершенно неожиданными, а многие причины для серьезных тревог — необоснованными. Например, внимательному отношению к содержанию моей книги чрезвычайно способствовало то, что я был (и остаюсь) достаточно преуспевающим и деятельным представителем материального мира.

Открылась и еще одна сторона: мне следовало больше доверять деловому складу ума в том смысле, в каком я его понимаю. Я всегда был сторонником той точки зрения, что бизнес и промышленность предпочитают «практическую ценность явления» независимо от его происхождения: если это действует — пользуйся. И все же меня очень беспокоил отклик на эту книгу со стороны совета директоров корпорации, президентом которой я был (действительно, кому захочется, чтобы многомиллионными денежными операциями занимался человек с неустойчивой психикой?). На первом после публикации книги собрании правления в Форт-Лодердейле, штат Флорида, никто даже не упомянул об этом событии. Не заговаривал об этом и я. Однако, когда мы отправились обедать в загородный клуб и пересекали пролив на яхте председателя правления, из кубрика поднялась его жена с экземпляром «Путешествий вне тела» в руках.

— Боб, дашь мне автограф? — попросила она. Невероятно смутившись и удивившись, я подчинился. Эх, не стоило мне ее публиковать...

— Интересная штука, — бросил через плечо председатель, направляя яхту к пристани у клуба. — Моя жена настоящий сенситив. Никогда не принимаю важных решений в делах, не посоветовавшись с ней. Знаешь, очень помогает.

Нет нужды говорить, что никто не заставлял меня подавать в отставку. Напротив, после открытого разоблачения этой «личной» грани своей жизни я практически не сталкивался в работе с открытой враждебностью — напротив, передо мной совершенно неожиданно распахнулось множество новых путей. Кто мог предположить, что мне придется рассказывать о внетелесных переживаниях в такой величественной и консервативной организации, как Институт Смитсона? Но это случилось.

Был и еще один просчет (во всяком случае, нечто такое, что может показаться ошибкой): кое-кто начал утверждать, что «Путешествия вне тела» опередили свое время, что серьезное внимание к подобным исследованиям достигает значительного уровня лишь сейчас. Быть может, это правда, но что именно могло вызвать столько перемен за какие-то четыре года? Я склонен отнести этот вопрос к категории «курица или яйцо?». Мне кажется, что эта книга была и остается частью того переключателя, каталитического процесса, который привел к возникновению цепной реакции. Все объясняется очень просто: в необычных переживаниях нет ничего страшного, а те события и явления, которые выходят за рамки текущих представлений физических наук и еще не допускают измерений и воспроизводства в лаборатории, могут с полной серьезностью рассматриваться как естественные. К таким переживаниям относится и существование после смерти.

В дни издания книги было принято еще одно решение: мой сознательный разум, или личность, не обладает достаточным опытом и подготовкой, чтобы в полной мере управлять всем спектром подобных нефизических исследований. Это было вызвано, прежде всего, отсутствием интереса и нетерпеливыми проверками типа «прочь отсюда, туда — и назад», в физический мир. Кому захочется изо дня в день целыми часами одеваться (подключать к себе клеммы приборов, развивать способности к устойчивому отрешенно-

му состоянию) лишь для того, чтобы выйти из спальни на кухню (добраться из Виргинии в Калифорнию или Канзас). Во-вторых, многие толкования оказались далеко за пределами моего сознательного понимания и вне моей власти — из этого следует, что физическое, осознающее «я» в действительности очень ограничено в своих представлениях о том, куда можно отправиться и что именно там стоит делать.

Итак, я принял одно важное решение. В большинстве случаев я сознательно достигал внетелесного состояния, а затем передавал право действовать своей *полной личности* (душе?). Мое обычное сознание просто двигалось вслед, как попутчик, превращалось в частицу целого. Результатами становились восторженные, осеменяющие, невразумительные, вызывающие благоговение, унижающие и ободряющие переживания, а получаемые сведения намного превосходили мои способности их осмыслить и чаще всего становились бесспорной программой дальнейшего образования, которую я усваивал шаг за шагом. На мой взгляд, трудность объясняется очень просто: рано или поздно для переноса этих знаний на уровень «практической ценности» мышлению требуется некий количественный скачок.

Что это означает? Происходят ли такие мощные перемены в сознании еще при жизни человека в физическом мире или это случается позже, в иной реальности? Кто может стать наставником, помощником?

Точно так же, шаг за шагом, мы начинаем приближаться к ответам на эти вопросы благодаря своим исследованиям в Институте — да, в 1972 году было основано и приступило к работе особое исследовательское учреждение.

Наша деятельность привлекла внимание и помощь со стороны физиков, психологов, биохимиков, инженеров, деятелей образования, психиатров, президентов корпораций, статистиков, и многие из них вошли в число наших консультантов. В одиннадцати тысячах писем, полученных Институтом к настоящему времени, раздаются многочисленные вздохи облегчения: теперь люди могут рассказывать о своих тайнах без угрозы проверки на вменяемость. Это значит, что книга выполнила свою основную задачу.

В наших исследованиях и программах экспериментов уже приняло участие более семисот человек. В первой исследовательской команде всего шесть членов. Около пятидесяти человек ожидают своей очереди получить окончательное «посвящение в сан», и число этих людей растет с каждым днем. Мы надеемся, что вскоре нам хватит помещений, оборудования и штатных сотрудников для того, чтобы справиться с текущими требованиями и их предполагаемым ростом. В этом году программы подготовки в Институте могли бы стать украшением любого колледжа или университета.

Тем временем наша исследовательская команда из шести человек поставляет новые данные быстрее, чем мы их обрабатываем. В одиночестве мне никогда не удалось бы собрать столько разнообразных сведений с такой скоростью. Даже то, что уже прошло обработку, поражает своей значимостью. Тот факт, что мнения шести разных исследователей (если не считать групповых экспериментов, они никогда не знают о переживаниях других членов команды) являются единодушными и согласованными, оказал огромное впечатление на всех, кто просматривал результаты опытов. Я подробнее рассказываю об этом в книгах «Далекое путешествие» и «Окончательное путешествие»*.

За эти четыре года произошло очень много событий, и они укрепляют представление об ускорении изменений в процессе работы — и, в особенности, о скорости перемен в человеческих потребностях.

Во время подготовки к новому изданию этой книги я внимательно вычитал «Путешествия вне тела». Мне очень приятно сообщить, что даже самые свежие переживания не заставили меня изменить давние оценки. Основы остались прежними. Учитывая уровень моих экспериментов в те времена, они были весьма точными. И мы твердо знаем одно: первым этапом фильтрации является то, что вы будете читать эти строки левым полушарием своего мозга.

*Роберт А. Монро
Эфтон, Виргиния, 1977 г.*

* М.: «София», 2008.

ВВЕДЕНИЕ

В нашем деятельном обществе спящий человек полностью покидает мир. Шесть-восемь часов в сутки он лежит неподвижно, то есть «бездействует», лишается «практичных мыслей» и вообще не совершает ничего «примечательного». Всем известно, что людям снятся сны, но мы воспитываем у своих детей представление о том, что сновидения и прочие переживания, возникающие во время сна, представляют собой нечто маловажное и вовсе не такое *реальное*, как события наяву. По этой причине большая часть людей по привычке забывает свои сновидения, а в тех случаях, когда воспоминания о них все же остаются, относится к ним как к странным причудам.

Психологи и психиатры, впрочем, считают сновидения пациентов полезными ключами к нарушениям их психики, но даже в этих направлениях сны и прочие ночные переживания обычно не рассматриваются как нечто *реальное* в каком бы то ни было смысле — скорее, это какие-то внутренние данные, обрабатываемые встроенным в человека компьютером.

У такого всеобщего пренебрежения к сновидениям есть несколько важных исключений, но для большинства членов современного общества сны отнюдь не относятся к числу тех явлений, которые заботят серьезного человека.

Как же отнестись к человеку, представляющему собой исключение из этого общего правила, — к тому, кто утверждает, что переживания во время сна и в иных состояниях сознания не только произвели на него *впечатление*, но и, по его мнению, были *реальными*?

Представим, что такой человек утверждает, будто прошлой ночью переживал воздушный полет над крупным городом, который, как вскоре выяснилось, оказался Нью-Йорком. Предположим, после этого он сообщает, что этот «сон» был не просто невероятно достоверным, и *в тот миг* он прекрасно понимал: это не сон, он действительно парит в небе над Нью-Йорком. Убежденность в том, что все это было *на самом деле*, сохраняется у него до конца жизни, хотя все

уверяют его в том, что спящий просто не может летать по воздуху над городом.

Скорее всего, мы просто не обратим внимания на человека, рассказывающего подобные истории, или вежливо (а может, и не очень) известим его о том, что у него «не в порядке с головой», что он сходит с ума, — и посоветуем обратиться к психотерапевту. Если же этот человек проявит настойчивость в вопросе о реальности своих переживаний, если, помимо них, у него случались и другие странные ощущения, мы задумаемся о том, не направить ли его прямоком в больницу для душевнобольных — ради его же блага.

С другой стороны, если наш «путешественник» достаточно умен, он быстро сообразит, что о подобных переживаниях не стоит никому рассказывать. Благодаря беседам с подобными людьми я выяснил, что их единственным затруднением могут стать сомнения в собственном здравомыслии.

Продолжая рассуждения, сделаем нашего «путешественника» еще более несносным. Предположим, он продолжает рассказ и говорит, что, покружившись немного над Нью-Йорком, спустился к вашей квартире. Там он увидел, как вы беседуете с двумя неизвестными ему людьми. «Путешественник» подробно описывает этих людей и кратко упоминает какие-то детали беседы, услышанные им за те пару минут, пока он был в вашей комнате.

Вообразим, что он совершенно прав: в то время, когда он испытывал свои переживания, вы действительно беседовали на эту тему с двумя людьми, которые соответствуют описаниям «путешественника». Что же делать теперь?

Обычная реакция на гипотетическую ситуацию такого рода сводится к одному: это весьма занятно, но, поскольку нам прекрасно известно, что подобные явления невозможны, нет никакого смысла ломать голову над тем, что бы это значило. Можно успокоить себя иначе: призвать на помощь «совпадение». Чудотворное слово «случайность» необычайно быстро облегчает любые недомогания рассудка!

К несчастью для нашего душевного равновесия, самые обычные люди предлагают тысячи свидетельств подобных

совпадений. Это значит, что мы имеем дело отнюдь не с гипотетической ситуацией.

Такие явления получили названия «ясновидение на расстоянии», «выход в астрал» или, более научно, «внетелесные переживания» (ВТП). Формально ВТП можно определить как такие события, во время которых человек, судя по всему, воспринимает некий участок внешнего мира, не доступный восприятию из того места, где в тот момент находилось его тело; кроме того, *во время* ВТП человек понимает, что не спит и не погружается в свое воображение. По-видимому, в эти мгновения человек сохраняет обычное сознание, чувствует, что не потерял никаких важнейших привычных способностей, и потому понимает, что не спит. Более того, после пробуждения он продолжает считать, что случившееся не было сном. Итак, как нам следует истолковать это странное явление?

Поиски научных источников сведений о ВТП не принесут почти никаких результатов. Как правило, ученые просто не обращают внимания на эти явления. Сходным образом обстоят дела и с научной литературой на тему сверхчувственного восприятия (СЧВ). С позиции нынешнего физического мировоззрения такие явления, как телепатия, ясновидение, предсказание будущего и психокинез, попросту «невозможны». Поскольку их «не может быть», большая часть ученых не утруждает себя анализом тех свидетельств, которые могли бы подтвердить их возможность; а поскольку ученые не знакомы с этими доказательствами, их уверенность в невозможности подобных явлений остается непоколебимой. Среди ученых такая «круговая порука», обеспечивающая поддержку привычной системы убеждений, совсем не уникальна, но именно она привела к почти полному отсутствию научных исследований СЧВ и ВТП.

Невзирая на недостаток «надежных» научных данных, ознакомление с существующим материалом позволяет сделать несколько достаточно четких выводов:

Во-первых, ВТП являются общечеловеческими переживаниями. Это не значит, что они случаются у большого числа людей; дело в том, что они происходили во все эпохи доку-

ментированной истории, а переживаниям людей совершенно различных культур и времен присуще множество общих особенностей. Легко убедиться в том, что рассказы о ВТП домохозяйки из Канзаса очень похожи на сохранившиеся летописи древних египтян и жителей Востока.

Во-вторых, ВТП чаще всего случаются один раз в жизни; на первый взгляд, это происходит «случайно». Иногда их вызывают болезни — и в особенности такие недуги, когда человек оказывается на грани смерти. Другой причиной могут служить сильные эмоциональные потрясения. Во многих случаях внетелесные переживания просто происходят во время обычного сна, и человек не имеет ни малейшего представления о том, что могло стать их причиной. Судя по всему, только в очень редких случаях их можно вызвать намеренными усилиями.

В-третьих, ВТП обычно становятся одними из глубочайших переживаний человека за всю жизнь и полностью меняют его убеждения. Часто это выражают такими словами: «Я уже не просто *верю* в жизнь после смерти и вечность души; теперь я *знаю*, что буду жить после смерти». Человек уверен в том, что непосредственно убедился в существовании жизни и сохранении сознания вне физического тела, и потому знает, что у него есть душа — то, что продолжает жить после телесной смерти. Такое следствие выглядит не очень логичным: даже если ВТП представляют собой нечто больше, чем занятные сновидения или галлюцинации, они случаются в то время, когда физический организм еще живет, действует, — и, следовательно, могут определенным образом зависеть от физического тела. Однако этот довод не производит большого впечатления на тех, кто пережил ВТП на собственном опыте. Это означает, что, независимо от предпочитаемой точки зрения на «реальность» ВТП, эти переживания определенно заслуживают тщательного психологического исследования. Я уверен в том, что наши представления о существовании души опираются на древнейшие переживания людей, испытавших ВТП. Учитывая важность понятия души для большинства религий и значение веры в жизни человека, кажется совершенно немыс-

лимым, что наука может с такой легкостью закрывать глаза на этот вопрос.

В-четвертых, ВТП обычно приносят человеку необычайное счастье. По моей приблизительной оценке, от девяноста до девяноста пяти процентов тех, кто испытал эти переживания, очень рады тому, что они случились, и считают это явление приятным. Около пяти процентов были очень испуганы, так как в тот момент им удалось найти лишь одно объяснение происходившего: эти люди решили, что умирают. Впрочем, отрицательными могут оказаться и более поздние реакции человека, пытающегося найти толкование случившегося. Когда я читаю лекцию на эту тему, по окончании выступления ко мне почти всякий раз подходит кто-либо из слушателей, чтобы поблагодарить за рассказ. Эти люди уже испытывали такие переживания, но не смогли их объяснить и потому боялись, что просто сходят с ума.

В-пятых, в некоторых случаях ВТП описания того, что происходило в отдаленных местах, являются правильными и более точными, чем можно было бы ожидать при случайном совпадении. Разумеется, это относится далеко не к большинству случаев, только к некоторым, но для их объяснения мы обязаны допустить либо то, что «галлюцинаторные» ощущения во время ВТП совместились с проявлениями СЧВ, либо то, что человек и в самом деле тем или иным образом присутствовал «там». Итак, ВТП действительно бывают весьма реалистичными.

То обстоятельство, что большая часть познаний о ВТП поступает к нам из отчетов о событии, случающемся с человеком только раз в жизни, приводит к двум серьезным затруднениям. Первым из них становится то, что большая часть людей не способна вызывать у себя ВТП по собственной воле, и это препятствует их тщательному изучению в лабораторных условиях. Вторая сложность объясняется тем, что человек, который неожиданно и ненадолго переносится в совершенно незнакомую ему обстановку, вряд ли покажет себя хорошим наблюдателем. Он будет слишком возбужден и прежде всего попытается справиться с окружающими странностями. По этой причине рассказы тех

людей, которые испытывали ВТП лишь однажды, являются очень расплывчатыми. Огромным преимуществом в исследовании ВТП стало бы существование опытных «путешественников», умеющих по своему желанию вызывать у себя эти переживания и, в целом, обладающих отличительными качествами хороших наблюдателей.

Вы держите в руках уникальную книгу. Это рассказ очевидца о сотнях ВТП, а испытавший их человек является очень хорошим наблюдателем. Ничего, сравнимого с этой книгой, не издавалось уже давно.

Роберт Монро — преуспевающий бизнесмен, который более десяти лет назад неожиданно для самого себя начал испытывать ВТП. Он вырос в семье ученых, прошел прекрасную интеллектуальную подготовку и, едва осознав необычность этих переживаний, с самого начала принялся вести систематические записи о них. Я не буду пересказывать содержание этих переживаний — его повествование о них достаточно увлекательно и доступно, то есть не требует предваряющих пояснений. Однако мне хотелось бы отметить те качества, которые позволяют считать этого человека прекрасным очевидцем и вызывают большое доверие к его рассказам.

В тех случаях, когда обычный человек испытывает глубочайшие переживания — и в особенности переживания с религиозным подтекстом, — тщательный опрос показывает, что первичное описание события отражает не столько то, что произошло в действительности, сколько представления самого человека о смысле случившегося. В качестве примера посмотрим, что на самом деле происходит с человеком, который вдруг оказывается посреди ночи парящим в воздухе над собственным телом. Не оправившись от первого изумления, он замечает в другом конце комнаты призрачную, неясную фигуру, позади которой в направлении слева направо проплывает светящийся голубой шар. После этого человек теряет сознание и приходит в себя уже в собственном теле. Хороший наблюдатель опишет эти события так, как это сделано выше, но большая часть людей совершенно чистосердечно расскажут нечто такое: «Прошлой ночью милостью

Божьей моя бессмертная душа была извлечена из гробницы тела, и передо мной предстал ангел. В знак Господнего благоволения ангел явил мне символ полноты».

Когда мне удавалось подробно расспросить очевидцев о том, что именно произошло, я очень часто сталкивался с не менее сильными искажениями, однако большая часть опубликованных рассказов о ВТП не подвергалась таким проверкам. Утверждения о том, что ВТП вызвал Господь, что призрачная фигура являлась ангелом, а голубой шар символом полноты представляют собой *толкования* событий человеком, а не его подлинные *переживания*. Большинство людей даже не замечает, насколько часто и непроизвольно их рассудок истолковывает явления, и потому искренне считают, что воспринимают происходящее как есть.

Роберт Монро уникален даже среди тех немногих, кто писал о повторяющихся ВТП, поскольку этот автор отдает себе отчет в том, что и его разум пытается истолковать эти переживания, втиснуть их в рамки знакомого и известного. По этой причине рассказы Монро особенно ценны — он действительно приложил много усилий, пытаясь рассказать «все, как было».

Первая проведенная нами серия лабораторных исследований продолжалась несколько месяцев, с сентября 1965 года по август 1966 года, — в этот период в моем распоряжении находилась лаборатория электроэнцефалографии (измерения волн мозга) Медицинской школы Виргинского университета.

В восьми опытах господину Монро предлагали вызвать у себя ВТП, когда к нему были прикреплены датчики разнообразных приборов, обеспечивающие измерения физиологических параметров. Кроме того, его просили переместиться во время ВТП в смежную комнату, чтобы он провел там наблюдения за лаборанткой, которая следила за измерительным оборудованием, а также попытался прочесть случайное пятизначное число, помещенное на полку в шести футах выше уровня пола. Во время экспериментов проводились измерения волн мозга (электроэнцефалограмма), движений глаз и сердцебиения (электрокардиограмма) господина Монро.

К сожалению, в лаборатории было довольно трудно находиться в положении лежа в течение долгого времени; нам пришлось разместить в комнате раскладушку, так как кровати там не было. Один из электродов, предназначенный для записи волн мозга, крепился на ухе зажимом — это вызывало раздражающие ощущения и отчасти затрудняло расслабление.

В первые семь вечеров господин Монро терпел неудачи в попытках вызвать у себя ВТП. Во время восьмого сеанса он смог испытать два кратких ВТП, которые описал в четвертой главе этой книги. В первом коротком ВТП он видел каких-то незнакомых людей, беседующих в неизвестном ему месте, и потому у нас не было никакой возможности проверить, что это было — «игра воображения» или подлинное восприятие событий на расстоянии. Во время второго ВТП господин Монро сообщил, что ему не удастся уверенно управлять своими перемещениями, и в результате не смог назвать контрольного числа в соседней комнате. Несмотря на это, он был совершенно прав, когда сообщил, что лаборантки в этом помещении не было — она стояла в коридоре с каким-то мужчиной (позже выяснилось, что это ее муж). Будучи парапсихологом, я не могу утверждать, что эти сведения «доказывают», будто господин Монро действительно способен узнавать о событиях на расстоянии: трудно оценить вероятность того, что подобное событие не могло совпасть с фактом случайно. Тем не менее этот результат, достигнутый во время самых первых попыток воспроизвести такое необычное явление в лаборатории, показался мне достаточно многообещающим.

Следующая возможность поработать с господином Монро в лаборатории выдалась летом 1968 года, когда он приехал ко мне в Калифорнию. Нам удалось провести единственный сеанс, проходивший, однако, в более удобных условиях: в нашем распоряжении была обычная кушетка, а не раскладушка и для измерения волн мозга использовался другой тип электродов, не вызывающий физических неудобств. В этих обстоятельствах господину Монро удалось вызвать у себя два кратких ВТП.

Он проснулся практически сразу после первого ВТП и оценил его продолжительность в восемь-десять секунд. Запись волн мозга непосредственно перед пробуждением вновь показала наступление первой фазы сна с предполагаемыми единичными быстрыми движениями глаз. Записи давления крови показали его резкое падение, устойчивый низкий уровень в течение восьми секунд и столь же резкое возвращение к норме.

Говоря языком самого господина Монро, он «выкатился» (см. описание этой техники в четвертой главе) из своего тела, несколько секунд пробыл в проходе, отделяющем его комнату от помещения с приборами, а затем почувствовал потребность вернуться в тело, так как у него возникли трудности с дыханием. В это время я и моя помощница Джоан Кроуфорд следили за ним по внутренней телевизионной сети и видели, что непосредственно перед пробуждением он слегка отодвинул руку от горла.

Затем господин Монро попытался вызвать у себя еще одно ВТП, которое принесло бы какие-либо свидетельства СЧВ; ему предстояло перенестись в комнату с приборами и прочитать помещенное на высокую полку число. Частота волн его мозга отражала состояние неглубокого сна, и потому спустя три четверти часа я обратился к нему через микрофон оперативной связи и напомнил, что мы ждем от него ВТП. Вскоре он сообщил о том, что ВТП состоялось, но он потерял ориентацию и направился вдоль какого-то провода, который, по его мнению, вел в комнату с оборудованием, однако в результате оказался в странном, незнакомом месте. Он понял, что безнадежно заблудился, и вернулся в тело. Судя по описанию, этим местом был внутренний дворик здания, и он действительно должен был попасть туда, если бы во время ВТП направился вдоль провода в противоположную сторону. Нет полной уверенности в том, что он не видел этого дворика раньше, когда входил в здание, и потому этот опыт также не может служить надежным доказательством паранормальной составляющей ВТП.

Что касается физиологических изменений, то во время этого эксперимента приборы вновь показали первую фазу

сновидения и зафиксировали только два быстрых движения глаз за весь срок; скачков давления крови в данном случае не наблюдалось.

Переживания господина Монро и многих выдающихся мистиков всех эпох, а также все данные о СЧВ указывают на то, что текущий, физический взгляд на мир является очень ограниченным, что действительность включает намного больше измерений, чем нам кажется сейчас. Предпринятые мной и другими исследователями попытки воспроизвести эти переживания в приемлемой форме могут принести результаты, отличные от желаемых. Позвольте мне описать два примера «экспериментов» с господином Монро, которые произвели большое впечатление лично на меня, хотя их очень трудно оценить по привычным, научным критериям.

Вскоре после завершения первой серии лабораторных экспериментов я перебрался на Восточное побережье Калифорнии. Несколько месяцев спустя мы с женой решили устроить один опыт. Однажды вечером мы около получаса сохраняли напряженную сосредоточенность в стремлении помочь господину Монро испытать ВТП и привлечь его к нашему дому. Если бы после этого он сумел описать наш дом, эти данные стали бы отличными свидетельствами парапсихологической стороны его ВТП. Тем вечером я позвонил господину Монро и сообщил ему только о том, что этой ночью (точное время не оговаривалось) мы попытаемся помочь ему пересечь всю страну и направим к своему дому; я не предоставил ему никаких других сведений.

Тем же вечером я наугад выбрал время, когда, по моим представлениям, господин Монро уже должен был крепко спать. Случайно выбранный момент соответствовал 23 часам вечера в Калифорнии, то есть двум часам ночи на Восточном побережье США. В 23 часа мы с женой сосредоточились. В 23:05 наше внимание было отвлечено телефонным звонком. Мы не ответили на него и продолжали сохранять сосредоточенность до 23:30. Утром я позвонил господину Монро и сказал только то, что результаты были обнадеживающими и ему следует составить рассказ о пережитом для

последующего сравнения с нашими независимыми отчетами.

В ночь эксперимента господин Монро испытал следующие переживания (я цитирую его записи, отправленные мне почтой): «Вечер прошел без каких-либо примечательных событий, и в 1:40 я наконец-то лег в постель (ориентация тела: север—юг), хотя спать не хотелось. Вместе со мной на кровати устроился кот. После достаточно долгого успокоения ума в теле возникло ощущение тепла; не было ни провалов в сознании, ни легкой дремоты. Я почти сразу почувствовал, как нечто (или некто) раскачивает мое тело из стороны в сторону, а затем тянет меня за ноги! В этот момент кот издал жалобное мяуканье. Я тут же понял, что происходящее как-то связано с экспериментом Чарли, и потому не ощутил того недоверия, какое обычно питаю к незнакомцам. Тянуть за ноги продолжали, и мне наконец удалось высвободить одну руку *Второго Тела* и, вытянув ее, пошарить в темноте. Через мгновение мои ноги оставили в покое, но чья-то ладонь ухватила меня за запястье — сначала мягко, затем очень крепко — и без труда выдернула из физического тела. По-прежнему испытывая доверие к неизвестной силе и легкое возбуждение, я выразил стремление отправиться к Чарли, если он (эта сила) захочет провести меня туда. Ответ был утвердительный (возникло, впрочем, ощущение безучастности и чрезвычайной деловитости). Ладонь все еще крепко охватывала мое запястье, и я чувствовал кисть этой руки — сильная, мужская, покрытая волосками, — однако мне не удавалось «увидеть» того, кому она принадлежала. Кроме того, один раз я услышал, как ко мне обращаются по имени.

Затем мы пришли в движение. Возникло знакомое ощущение того, как тело стремительно проносится в среде, напоминающей воздух. После короткого перемещения (мне показалось, что оно длилось около пяти секунд) мы остановились и рука выпустила мое запястье. Вокруг царили полное безмолвие и мрак, а потом я медленно опустился вниз и оказался в каком-то месте, похожем на комнату...»

Я прерву рассказ господина Монро и добавлю, что он завершил свое краткое путешествие и поднялся с постели,

чтобы позвонить нам, ровно в 2:05 по времени его часового пояса. Таким образом, этот момент очень точно совпадает с тем периодом, когда мы с женой начали сосредоточиваться: он почувствовал, как его вытягивают из тела буквально через минуту после того, как мы сосредоточились. С другой стороны, последующие описания того, как выглядел наш дом и чем занимались мы с женой, оказались совершенно неточными: он «застал» в комнате множество людей, «видел» меня делающим нечто такое, чего я в действительности не делал, а описание самого помещения было слишком туманным.

К каким выводам я могу прийти? Произошло одно из тех удручающих событий, с которыми сталкиваются парапсихологи, когда исследуют плохо поддающиеся контролю явления. Свидетельств слишком мало, чтобы утверждать, что происшедшее было бесспорным паранормальным явлением, но, с другой стороны, нельзя сказать, что не случилось вообще ничего примечательного. Довольно удобно придерживаться обыденных предположений о том, что физический мир является именно таким, каким выглядит, а человек (или его органы чувств) либо находится в определенном месте и способен его воспринимать, либо нет. Некоторые описанные в книгах ВТП, судя по всему, вполне удовлетворяют такому подходу, но есть и другие, и они отражают волнующее сочетание точного восприятия обстоятельств физического мира и «ощущение» того, чего не было или не происходило (с точки зрения обычных наблюдателей). В этой книге господин Монро рассказывает о множестве подобных смешанных переживаний — прежде всего, к ним относятся такие ВТП, во время которых он «вступал в общение» с другими людьми, но впоследствии те об этом ничего не помнили.

Второй приводящий в замешательство «эксперимент» произошел осенью 1970 года, когда я ненадолго навестил господина Монро, заехав в Виргинию по пути на конференцию в Вашингтоне. Остановившись в его доме на ночь, я попросил господина Монро заглянуть в мою спальню и попытаться выдернуть меня из тела, если этой ночью у него случится ВТП, — мне хотелось самому испытать это пере-

живание. В то же время я прекрасно сознавал определенное раздвоение чувств: я искренне желал успеха, но какая-то часть меня боялась этого.

Наутро, вскоре после рассвета (я спал довольно беспокойно, и лучи зари окончательно меня разбудили), я еще во сне начал смутно припоминать, что господин Монро должен был попробовать помочь мне покинуть тело. Я частично пришел в сознание и почувствовал охватившие меня в мире сновидения «вибрации» — с ними было связано ощущение какой-то неопределенной угрозы. Невзирая на усиливающийся страх, я подумал, что должен попробовать испытать ВТП, но в этот миг упустил нить сознания. Немного спустя, когда я проснулся, в памяти сохранилась только мысль о том, что опыт потерпел неудачу. Через неделю я получил письмо от коллеги из Нью-Йорка, знаменитого парапсихолога доктора Стенли Криппнера, и после этого задумался о том, действительно ли эксперимент был «неудачным». Доктор Криппнер написал мне о переживании, возникшем у его приемной дочери Кэри (которую я очень люблю) в то самое утро, когда я видел свой «сон». Кэри рассказала отцу, что тем утром, по дороге в школу, увидела меня в каком-то ресторане Нью-Йорка. По времени это событие примерно совпадало с утренними часами, когда я видел свой сон. Ни сама Кэри, ни ее отец даже не догадывались, что тогда я был на Восточном побережье.

Какой вывод можно сделать? Впервые за долгие годы я намеренно попытался испытать ВТП (и, насколько мне известно, так и не добился успеха), но, несмотря на отсутствие у меня каких-либо осознанных воспоминаний об этом, знакомый сообщил, что видел меня в нью-йоркском ресторане. Что еще поразительнее, если бы у меня действительно возникло ВТП, я ни за что на свете не отправился бы в ресторан Нью-Йорка, так как терпеть не могу этот город, хотя посещение Кэри и ее родных всегда приносило мне удовольствие. Совпадение? Этот пример тоже относится к числу тех, какие я никогда бы не стал приводить в качестве научных доказательств, но в то же время не могу отвергнуть как полную бессмыслицу.

Последний случай показывает определенное отношение к ВТП, которое я испытал сам, хотя мне неприятно это признавать: я откровенно боюсь таких переживаний. Одна часть меня чрезвычайно заинтересована этим явлением с научной точки зрения, другая приходит в волнение от одной только мысли о таком переживании на личном опыте, но третья понимает, что ВТП во многом похожи на смерть — они потребуют, чтобы мой рассудок открылся навстречу непознанному миру, и потому эта, третья грань разума отнюдь не стремится их испытать. *Если* ВТП существуют, *если* все то, о чем рассказывает господин Монро, нельзя отнести лишь к занятой игре воображения или царству сновидений, то наши взгляды на мир могут измениться самым коренным образом — и это вызывает тревогу.

Психологи не без оснований убеждены в том, что сопротивление переменам является частью человеческого характера. Нам хочется, чтобы мир оставался таким, каким мы его знаем, даже если при этом он нам не по вкусу. Во всяком случае, при этом мы способны предвидеть возможные в будущем события. Перемены и отсутствие уверенности могут нарушить привычные обстоятельства — и особенно в тех случаях, когда эти изменения никак не зависят от наших желаний, стремлений и надежд.

Во введении к этой книге я старался говорить, главным образом, непосредственно о научных исследованиях ВТП, но сейчас придется обратиться к тому, что вполне может оказаться самой важной стороной этой темы. Переживания господина Монро пугающи. Он рассказывает о смерти, а в нашем обществе о ней говорить не принято. Мы оставляем вопрос смерти и связанные с ним утешающие слова священникам, порой отпускаем шуточки на этот счет, у нас возникают самые жестокие фантазии о смерти других людей, но мы никогда по-настоящему не задумываемся об этом. Эта книга заставит вас размышлять о смерти, и вряд ли вам понравится многое из сказанного и те мысли, к каким оно подталкивает.

Очень велико искушение счесть Роберта Монро сумасшедшим, но я советую вам не делать этого. С другой сто-

роны, я совсем не призываю считать все его слова неоспоримой истиной. Он отличный наблюдатель, и я испытываю огромное уважение к нему как к человеку, но он — всего лишь человек, воспитанный определенной культурой в определенную эпоху, и по этой причине его наблюдательность имеет границы. Если вы не будете забывать об этом и отнесетесь к описанным переживаниям серьезно и внимательно, то книга вызовет у вас определенное беспокойство, но в то же время вы получите возможность узнать кое-что очень важное — вопреки страху.

Если же вы сами испытывали ВТП, то эта книга поможет вам избавиться от боязни или превратить свои потенциальные наклонности к подобным переживаниям в настоящий талант.

Читайте эту книгу внимательно и следите за своим откликом. Желаю удачи тем, кто по-настоящему захочет пережить это на личном опыте!

*Чарльз Тарт
Дэвис, Калифорния,
10 января 1971 г.*

Глава I

ВОЛШЕБНАЯ ПАЛОЧКА ИЛИ МОЛОТ?

То, о чем говорится ниже, обычно выносится в предисловие или вступление, но приводится именно здесь, ведь большая часть читателей опускает подобные предварительные рассуждения, чтобы побыстрее перейти к делу. Однако в данном случае именно эти замечания и являются самым важным.

Издание представленных в этой книге сведений преследует две цели:

Первой является стремление к тому, чтобы их широкое распространение уберегло других людей — пусть даже единицы — от страданий, кошмара проб и ошибок в той области, где еще не существует однозначных ответов, чтобы эти люди утешились пониманием того, что подобные переживания возникали и у других, чтобы они смирились с этим явлением и в результате избежали травмирующей психотерапии или, хуже того, умственных расстройств и больницы для душевнобольных.

Вторая цель заключается в том, чтобы в грядущие годы официальные, признанные в нашей культуре науки смогли расширить свои горизонты, представления и аксиомы, перейти к исследованиям широко распахнутых путей, очерченных в этой книге во имя обогащения познаний человека, его понимания самого себя и всей полноты окружающего мира.

Если хотя бы одна из целей окажется в той или иной мере достигнутой, это действительно станет для меня достаточной наградой.

Представленные сведения не предназначены для какого-либо особого научного направления. Основные усилия, напротив, сводились к тому, чтобы как можно точнее, избегая неоднозначных обобщений, описать свой опыт на том языке, который стал бы понятен и ученому, и неспециалисту. Возможно, физики, химики, биологи, психиатры и философы смогут воспользоваться для описания того же материала более специализированной терминологией, и автор будет

ждать таких толкований. Они станут свидетельством того, что взаимопонимание вполне достижимо, что «простая» речь способна достаточно точно передавать содержание не только горстке специалистов, но и широкому кругу читателей.

Автор уверен и в другом: многие толкования станут противоречивыми. Самые большие трудности мышления связаны с объективной оценкой любой концепции, которая, оказавшись она правильной, опровергнет знания и опыт всей жизни человека. Вообще говоря, очень многие «общепризнанные» ныне предположения стали считаться фактами на основании куда менее надежных свидетельств, чем представленные здесь данные. Автор надеется, что то же самое произойдет и с включенными в эту книгу сведениями.

Вопрос объективной оценки действительно является труднейшей задачей мышления. Чтобы понять это, достаточно столкнуться с такой необходимостью хотя бы однажды за всю жизнь.

Давайте обратимся к самому началу этого откровенного отчета о чрезвычайно личных переживаниях.

Весной 1958 года я вел достаточно обычный образ жизни в достаточно обычной семье. Поскольку все мы любили природу и тишину, наш дом располагался за городом. Единственным необычным занятием были мои опыты с методикой обучения во сне — при этом главным подопытным являлся я сам.

Первым признаком отклонения от нормы стало то, что случилось в одно воскресенье, после обеда. Пока вся семья была в церкви, я проводил очередной эксперимент: отгородившись от внешнего мира, прослушивал определенную магнитофонную запись. Этот опыт был всего лишь попыткой заставить свою сосредоточенность удерживаться на единственном осмысленном звуковом сигнале, снизив помехи от прочих органов чувств. Признаком успеха методики должна была стать глубина и продолжительность запоминания.

Исключив посторонние звуки и зрительные впечатления, я прослушал запись. Она не содержала каких-либо необычных или отвлеченных внушений. Оглядываясь назад, можно утверждать, что важнейшим было подчеркнутое указание

запомнить и позже воспроизвести все, что происходило во время упражнения по расслаблению. Прослушивание не принесло каких-либо необычных результатов. Восстановленные воспоминания оказались точными и полными, так как исходные данные были подготовлены моими собственными силами и, следовательно, достаточно знакомыми. Быть может, они стали даже слишком знакомыми, поскольку в данном случае я просто не мог бы запомнить и воспроизвести какие-нибудь новые или ранее не известные сведения. Методику предстояло опробовать на других испытуемых.

Когда члены моей семьи вернулись домой, состоялся поздний завтрак: омлет с беконом и кофе. За столом случилась незначительная размолвка, не имеющая отношения к делу.

Немногим более часа спустя у меня начались резкие и мощные спазмы, охватившие всю область диафрагмы, или солнечного сплетения, вплоть до нижней части грудной клетки. В этом месте возникла сплошная полоса неослабевающей боли.

Сначала я решил, что отравился за завтраком. Я в отчаянии попытался прочистить желудок, но он был пуст. У других членов семьи, которые ели те же блюда, не возникало никаких признаков недомогания. Я попробовал размяться и пройтись, подумав, что это может быть судорога брюшных мышц. Воспаление аппендикса исключалось, так как его мне уже удалили. Несмотря на боль, я не испытывал затруднений при дыхании, а сердцебиение, судя по пульсу, оставалось нормальным. Не было ни испарины, ни каких-либо иных симптомов, только плотная, давящая скованность застывших на месте мышц в верхней части живота.

Мне пришло в голову, что причиной могли стать некие особенности прослушанной ранее магнитофонной записи. Изучив саму запись и ее текст на бумаге, я не обнаружил ничего необычного. Я исследовал все указания в стремлении избавиться от какого-либо случайного бессознательного внушения, но это не принесло облегчения.

Возможно, мне следовало немедленно вызвать врача. Однако случившееся не показалось слишком серьезным, да и

состояние не ухудшалось. Не становилось, впрочем, и легче, так что в конце концов мы все-таки обратились за медицинской помощью, но нам не удалось найти никого из местных врачей: одних не было дома, другие играли в гольф.

Спазмы и боли продолжались с половины второго дня до самой полуночи, а обычные домашние средства лечения, похоже, ничуть не помогали. К двенадцати ночи я так измучился, что вскоре забылся сном.

Проснулся я рано утром: ни судорог, ни боли не было. В верхней части живота осталась лишь притупленная мышечная боль, какая бывает при сильном бронхите. Мне до сих пор не известно, что вызвало судорогу в этой области. Я рассказал о ней только потому, что она стала первым из ряда необычных событий как физической, так и иной природы.

Бросая взгляд назад, можно предположить, что это был тот самый взмах волшебной палочки — вернее, удар молота, — хотя в те времена я этого еще не знал.

Через три недели произошел второй важный случай. Я прекратил всякие эксперименты с магнитофонными записями, так как меня не покидало сильное подозрение, что они как-то связаны с той судорогой. Таким образом, у второго события не было никаких видимых причин.

Оно тоже произошло в воскресенье, когда вся семья ушла в церковь. Я прилег на диван в гостиной, намереваясь вздремнуть, пока в доме тихо. Едва я улегся ничком (головой к северу, если это имеет какое-то значение), как мне привиделся луч света, исходящий из северной части неба под углом около 30° к горизонту. Я ощутил его так, словно меня окутало теплым свечением, хотя стоял ясный день и луч оставался невидимым (если он вообще был).

В первое мгновение я подумал, что это просто солнечный луч, но он не мог проникнуть в окно с северной стороны. Когда луч упал на мое тело, оно начало бешено трястись, «вибрировать». Я не мог пошевелиться, меня будто зажали в тиски.

Потрясенный и перепуганный, я заставил себя двигаться. Мне казалось, что я раздираю какие-то незримые оковы. Мне удалось медленно выпрямиться и сесть. После этого

дрожь и тряска постепенно исчезли, и я вновь мог двигаться свободно.

Я встал и прошелся по комнате. Я не мог припомнить никаких провалов сознания, да и часы показывали, что с того момента, когда я вытянулся на диване, прошло всего несколько секунд. Я даже не успел закрыть глаза и на протяжении всего происшествия видел комнату и слышал доносившиеся снаружи звуки. Я выглянул в окно и с особым вниманием изучил северное направление, хотя не знал, что именно пытаюсь увидеть. Вокруг было, как всегда, спокойно. Я вышел из дома и прогулялся, продолжая ломать голову над этим странным случаем.

В течение последующих шести недель это поразительное состояние возникало девять раз. Оно случалось в самых разных местах и обстоятельствах, и единственной общей чертой оставалось лишь то, что такие переживания возникали сразу после того, как я ложился вздремнуть днем или отправлялся спать ночью. Всякий раз я отчаянно боролся за то, чтобы сесть на кровати, и тогда «дрожь» проходила. Хотя тело отчетливо «ощущало» эту дрожь, мне не удавалось заметить никаких ее внешних проявлений.

Мои скромные познания в медицине позволяли строить самые разнообразные предположения о причине этой дрожи. Я задумывался об эпилепсии, но сообразил, что эпилептики не запоминают ощущений во время своих припадков. Кроме того, я вспомнил, что эпилепсия передается по наследству и ее признаки проявляются уже в раннем возрасте, а в моем случае это исключалось.

Второй возможностью было заболевание мозга — например, опухоль. Симптомы выглядели необычными, но вполне вероятными. Я с трепетом отправился к нашему давнему семейному врачу Ричарду Гордону и рассказал ему о своих симптомах. Будучи опытным диагностом и специалистом по внутренним болезням, он, без сомнений, должен был разобраться в этом вопросе — помимо прочего, он знал мою историю болезни.

После внимательного осмотра доктор Гордон решил, что я переутомился на работе, посоветовал мне больше спать

и сбросить вес. Иными словами, он не обнаружил никаких физических расстройств. Выслушав мои предположения об опухоли мозга или эпилепсии, он попросту рассмеялся. Я поверил ему и с облегчением вернулся домой.

После этого я пришел к выводу, что, поскольку это явление не имеет никаких физических причин, оно представляет собой галлюцинацию, что-то вроде сновидения. Я решил как можно объективнее проследить за этим состоянием, если оно возникнет вновь. Долго ждать не пришлось: оно опять проявилось той же ночью.

Все началось примерно через две минуты после того, как я улегся спать. На этот раз я был полон решимости удержать это состояние и посмотреть, что будет дальше, а не вступать в борьбу с ним. «Ощущение» волной хлынуло в голову, а затем прокатилось по всему телу. Это была уже не столько дрожь, сколько ровные и не меняющиеся частоты «вибрации». Больше всего они походили на электрический ток, проходящий через все тело, но не причиняющий никакой боли. Мне показалось, что частота колебаний отстает от шестидесяти ударов пульса в минуту и составляет примерно половину частоты сердцебиения.

Невзирая на испуг, я оставался в этом состоянии и пытался сохранять спокойствие. Я по-прежнему видел свою спальню, но почти не слышал внешних звуков из-за сопровождающего вибрации режущего шума. Мне очень хотелось узнать, что случится потом.

Ничего не произошло. Примерно через пять минут все ощущения постепенно стихли, и я встал с кровати в совершенно обычном состоянии. Взволнованность вызвала легкое учащение сердцебиения, но никаких других последствий я не заметил. Добившись такого результата, я почти избавился от страха перед этим состоянием.

Следующие четыре-пять столкновений с вибрациями принесли мало нового. Впрочем, в одном случае мне показалось, что вибрации превратились в искрящееся кольцо диаметром около двух футов; его центральной осью служило мое тело. Я отчетливо видел это кольцо, когда прикрывал глаза. Оно начинало движение с головы и медленно скользи-

ло ниже, перемещалось к кончикам пальцев ног, затем вновь возвращалось к голове. Смещение было равномерным, и один цикл составлял около пяти секунд. По мере того как кольцо проходило над различными участками моего тела, я чувствовал себя так, будто это место стягивают обручем. Когда кольцо достигало головы, я погружался в громкий рев, а вибрации словно проникали в мозг. Я пробовал изучить это пылающее кольцо, имевшее явно электрическую природу, но мне не удалось выяснить ни причины его возникновения, ни того, что оно собой представляет.

Я хранил все это в тайне от жены и детей, так как не считал нужным беспокоить или озадачивать их до тех пор, пока не смогу добиться более ясного понимания происходящего. Однако я доверился одному другу — известному психологу, доктору Фостеру Брэдшоу. Не знаю, что было бы со мной сейчас, если бы не он, — скорее всего, я сидел бы в одном небезызвестном заведении.

Я обсудил с ним эту тему, и он проявил к ней живейший интерес, предположив какую-то форму галлюцинации. Как и доктор Гордон, он прекрасно знал меня и потому тоже рассмеялся над мыслью о том, что я прохожу первые стадии шизофрении или чего-то в этом роде. Я спросил, что, по его мнению, мне следует делать. Мне никогда не забыть этот ответ.

— Что ж, остается только наблюдать и разбираться в том, что это такое, — ответил доктор Брэдшоу. — Так или иначе, выбор у тебя невелик. Случись такое со мной, я бы укрылся где-нибудь в лесу и оставался там до тех пор, пока не найду ответ.

Сложность заключалась в том, что это случилось со мной, а не с доктором Брэдшоу. Я просто не мог позволить себе уйти в лес ни в прямом, ни в переносном смысле. Помимо прочего, мне нужно было содержать семью.

Прошло несколько месяцев. Состояние вибраций продолжало возникать. Оно уже изрядно мне надоело, но одной ночью, когда я лег в постель, случилось кое-что новенькое. Сначала пришли вибрации. Я утомленно и терпеливо дожидался, пока они закончатся и мне наконец-то удастся уснуть.

Лежал я так, что одна рука свисала с правого края постели и ее пальцы слегка касались ковра на полу.

Я совершенно машинально шевельнул пальцами и почувствовал, как они трутся о ковер. Не задумываясь о том, что мне *удается* двигаться в состоянии вибраций, я уперся пальцами в ковер. Ощувив мгновенное сопротивление, мои пальцы словно пронзили ковер насквозь и коснулись поверхности пола. Легкое любопытство заставило меня опустить руку еще ниже: пальцы прошли сквозь пол, и я почувствовал шероховатую внутреннюю поверхность потолка комнаты этажом ниже.

Ощупывая это пространство, я наткнулся на деревянную щепку треугольной формы, какой-то гнутый гвоздь и немного опилок. Эти переживания во сне наяву занимали меня лишь отчасти, но я все-таки опустил руку еще глубже. Она прошла сквозь потолок первого этажа, и теперь я чувствовал, что ладонь полностью пересекла поверхность пола. Кисть руки коснулась воды, и я без особого восторга поплескался в ней пальцами.

В этот миг я вдруг полностью осознал происходящее. Я совсем не спал. Я видел залитый лунным светом пейзаж за окном. Я понимал, что лежу на кровати, что мое тело прикрыто одеялом, под головой лежит подушка, а грудь поднимается и опускается в такт дыханию. Вибрации по-прежнему чувствовались, хотя и немного ослабли.

Однако в то же время моя ладонь каким-то чудом могла плескаться в воде, а рука, судя по ощущениям, прошла сквозь пол. Я не сомневался в том, что не сплю, но эти чувства не исчезали. Неужели я могу «видеть во сне» только то, что моя рука проткнула пол, и бодрствовать по отношению ко всему прочему?

Вибрации начали постепенно слабеть, и я почему-то задумался о том, что между ними и тем, что моя рука прошла сквозь пол, есть какая-то связь. Если вибрации исчезнут прежде, чем я «выдерну» пальцы, пол может стать сплошным, а рука застрянет. Возможно, вибрации на время сделали в полу дыру? На размышления о том, как именно это могло случиться, у меня не оставалось времени.

Я судорожно вырвал руку из пола и прижал ее к телу. Вскоре вибрации окончательно исчезли. Я поднялся, включил свет и изучил участок пола возле кровати. Ни в ковре, ни в самом полу не было никакой дыры. Они были такими, какими и должны были быть. Я осмотрел ладонь и всю руку, словно ожидая, что на них остались капли воды. Влаги не было, рука выглядела совершенно обычной. Я окинул взглядом спальню. Жена спокойно лежала в постели, вещи стояли на своих местах.

Я долго размышлял о галлюцинациях и очень нескоро смог успокоиться настолько, чтобы уснуть. На следующий день я всерьез подумывал о том, не пробить ли в полу отверстие, чтобы поискать там те предметы, которые, как мне показалось, нащупывались под полом: треугольную щепку, гнутый гвоздь и опилки. Однако в то время я не решился портить пол из-за какой-то безумной галлюцинации.

Я рассказал об этом случае доктору Брэдшоу. Он согласился, что этот сон наяву был довольно впечатляющим, и склонялся к тому, что мне все-таки следует вскрыть пол и взглянуть, что находится под ним. Кроме того, он познакомил меня с доктором Льюисом Уолбергом, видным психиатром. За обедом я невзначай упомянул о вибрациях. Доктор Уолберг проявил лишь вежливый интерес, да и вообще был явно не в настроении говорить о «делах» (трудно его в этом упрекнуть). Мне не хватило смелости рассказать ему о руке, проходящей сквозь пол.

Обстоятельства становились все более запутанными. Воспитание и жизненный опыт приучили меня ожидать от современной науки четких ответов или, по крайней мере, обоснованных предположений. У меня не было специального образования, но общие познания в науке, технике и медицине превышали средний уровень. Однако теперь я столкнулся с событиями, не позволяющими быстро отыскать не только вразумительные ответы, но даже правдоподобные толкования. Мысленно возвращаясь в прошлое, я по-прежнему сомневаюсь, что решился бы полностью позабыть об этом явлении. Скорее всего, я просто не смог бы это сделать, даже если бы захотел.

Думаю, что если в то время я и сталкивался с какими-то несообразностями, то их причиной было полное отсутствие представлений о том, чего ожидать в будущем. Примерно четыре недели спустя, когда «вибрации» возникли в очередной раз, я внимательно следил за собой, стараясь не шевельнуть рукой или ногой. Была глубокая ночь, и я уже лег в постель, собираясь поспать. Жена спала рядом. Волна вибраций зародилась в голове и быстро распространялась по всему телу. Все это было давно знакомо. Я просто лежал и думал о том, нельзя ли подойти к этой проблеме с какой-то иной стороны. Совершенно случайно в голове мелькнула мысль о том, что неплохо бы завтра после обеда нанять планёр и немного полетать — в то время я пристрастился к этому занятию. Не задумываясь о последствиях (и не подозревая, впрочем, что они могут возникнуть), я представил себе удовольствие от такого полета.

В следующее мгновение я почувствовал, как что-то уперлось мне в плечо. Несколько удивившись, я протянул туда руку: пальцы коснулись гладкой стены. Я провел вдоль нее ладонью, сколько хватало руки, но стена оставалась ровной, пальцы ни на что не наткнулись.

Я прищурился и внимательно всмотрелся в полумрак. Это действительно была стена, а я лежал, касаясь ее плечом. Я тут же сообразил, что заснул и свалился с кровати (прежде такого никогда не случалось, однако в череде всех этих странностей падение с кровати не выглядело бы чем-то выдающимся).

Затем я снова огляделся вокруг. Что-то было не так. Я не видел ни окон, ни мебели, ни дверей. В моей спальне такой стены не было, и все же она почему-то казалась довольно знакомой. И тут я все понял: это не стена, а потолок. Я парил под самым потолком, пружинисто отскакивая от него при любом легком движении. Я перевернулся в воздухе и изумленно уставился вниз. Там, подо мной, в полумраке виднелась кровать, а на ней лежали две фигуры: справа — моя жена, но кто это рядом с ней? Оба, судя по всему, спали.

Я решил, что это весьма странный сон. Меня разбирало любопытство. Интересно, кто может присниться мне лежащим рядом с моей женой? Я присмотрелся внимательнее и

пережил сильнейшее потрясение. Этим «кем-то» в постели был я сам!

Мысли неслись стремительно, почти мгновенно. Я здесь, а мое тело — там. Я умираю, это смерть, но я еще не готов к ней. Вибрации все-таки убили меня. Я в отчаянии метнулся к своему телу и, словно ныряльщик, погрузился в него. Вслед за этим я ощутил кровать и одеяло. Тут же открыв глаза, я увидел свою комнату с привычной точки зрения.

Что произошло? Неужели я и в самом деле едва не умер? Сердцебиение было учащенным, но не таким уж быстрым. Я пошевелил руками и ногами. Похоже, все было в порядке. Вибрации исчезли. Я поднялся, прошелся по комнате, выглянул в окно и закурил.

Прошло немало времени, прежде чем я набрался смелости вернуться к кровати, лечь и попытаться уснуть.

На следующей неделе я вернулся к доктору Гордону и попросил осмотреть меня еще раз. Я не стал объяснять ему причины своего прихода, но он без труда заметил, что я обеспокоен. Доктор Гордон внимательно осмотрел меня, взял анализы крови и мочи, провел флюорографию, снял электрокардиограммы, прощупал пазухи и полости, провел все прочие процедуры, какие только можно вообразить. Он очень тщательно изучил любые возможные признаки поражения мозга и задал мне множество вопросов, связанных с двигательными функциями различных частей тела. Он дал мне направление на ЭЭГ (электроэнцефалограмму, анализ волн мозга), но и эта проверка не показала никаких видимых отклонений — во всяком случае, доктор Гордон ничего мне не сообщил, а я уверен, что он не стал бы что-то скрывать.

В итоге он выписал мне успокоительное и отправил домой с указаниями сбросить лишний вес, меньше курить и больше отдыхать. В завершение он заявил, что моя проблема не может иметь физических причин.

После этого я встретился со своим другом, психологом Брэдшоу. Пользы от этого, на первый взгляд, было еще меньше. Выслушав мою историю, он не проявил особого сочувствия и посоветовал мне по возможности продолжать свои опыты. Я сказал, что еще не готов умирать.

— Сомневаюсь, что до этого дойдет, — бесстрастно возразил доктор Брэдшоу. — Кое-кто из занимающихся йогой и прочими восточными штучками утверждает, что может делать это по собственному желанию.

Я полюбопытствовал, что он понимает под «этим».

— Выход из физического тела, — пояснил он. — Они уверяют, что умеют делать это и могут оказаться в любом месте. Думаю, тебе тоже стоит попробовать.

Я заявил, что это просто смешно: человек не может перемещаться вне физического тела.

— Я не был бы так категоричен, — по-прежнему бесстрастно откликнулся доктор Брэдшоу. — Тебе следует узнать что-нибудь об индийцах. В твоём колледже читали философию?

Я кивнул, хотя не мог припомнить ничего, что было бы связано с темой «путешествий вне тела».

— Вот что я скажу: похоже, тебе попался скверный преподаватель философии. — Доктор Брэдшоу раскурил сигару и пристально взглянул на меня. — Ладно тебе, не будь таким консервативным. Попробуй сам, и все узнаешь. Как говаривал *мой* преподаватель философии, «если ты крив на один глаз, верти головой; если слеп на оба глаза, хорошенько прислушивайся».

Я поинтересовался, что делать тому, кто вдобавок и глух, но ответа не последовало.

Разумеется, доктор Брэдшоу мог позволить себе не придавать случившемуся особого значения, ведь это происходило не с ним, а со мной. Если же говорить откровенно, то я просто не знаю, что делал бы без его прагматического подхода и чудесного чувства юмора. Я навсегда остался перед ним в неоплатном долгу.

Вибрации приходили и исчезали еще шесть раз, а я никак не мог решиться повторить тот эксперимент. Однако, сделав это, я испытал огромное облегчение. Когда вибрации достигли полной силы, я представил, как поднимаюсь вверх, — и это случилось.

Я плавно взлетел над постелью. Мне захотелось остановиться, и я тут же завис посреди комнаты. Ощущение было

скорее приятное, но я боялся неожиданно свалиться на пол. Через несколько секунд я представил, как опускаюсь, и мгновение спустя почувствовал, что снова лежу в кровати и ко мне вернулись привычные физические ощущения. Начиная с того момента, когда я лег в постель, и вплоть до полного прекращения вибраций в сознании не возникало никаких провалов. Итак, если все случилось не на самом деле, если это просто галлюцинация или сон, то я оказался в большой беде: мне не удавалось определить ту грань, где заканчивается бодрствование и начинается сновидение.

В заведениях для душевнобольных держат тысячи людей, столкнувшихся с той же трудностью.

Во второй раз я попытался отделиться от тела по собственной воле, и это мне удалось. Я вновь поднялся к самому потолку, но почти сразу ощутил такое сильное половое влечение, что просто не мог думать о чем-то другом. Пристыженный и раздраженный тем, что мне не удалось справиться с этим приливом возбуждения, я вернулся в физическое тело.

Я раскрыл секрет покорения своих чувств лишь спустя пять сходных вылазок. Значение сексуальности во всем этом явлении оказалось настолько очевидным и важным, что позже я расскажу о ней подробнее. В те времена половое влечение стало для меня мучительной душевной преградой и долго удерживало в пределах той комнаты, где находилось физическое тело.

В отсутствие какой-либо подходящей терминологии я начал называть эти переживания «Вторым Состоянием»*, а иное, нематериальное тело, которое, судя по всему, есть у человека, — «Вторым Телом»**. Эти понятия до сих пор выглядят ничуть не хуже прочих.

Я совершенно искренне считал эти явления не чем иным, как снами наяву, галлюцинациями, невротическим отклонением, зачатками шизофрении, самовнушенной игрой вооб-

* Состояние *второго внимания* у К. Кастанеды и других авторов.

** Понятие, аналогичное *телу сновидения*, или *телу шамана*, у Арнольда Минделла и *телу сновидения*, или «другому», у К.К.

ражения или чем-нибудь похуже, пока не случилось первое переживание, допускающее последующую проверку.

Оно стало для меня настоящим ударом молота. Признание его подлинности почти целиком опровергало весь мой накопленный к тому возрасту жизненный опыт, подрывало основы моего воспитания, мировоззрения и системы ценностей. Прежде всего, оно сокрушало мою веру в полноту и надежность научных познаний нашей культуры. Прежде я твердо верил в то, что ученые знают ответы на любые вопросы — во всяком случае, на большую их часть.

С другой стороны, если бы я начал отвергать очевидное (если не для всех, то, по крайней мере, для себя), мне пришлось бы отказаться и от самого ценного убеждения — от представления о том, что взросление человечества и его борьба за развитие опираются, главным образом, на превращение непознанного в известное силами разума и научного подхода.

Я столкнулся с необходимостью выбора. Быть может, случившееся действительно стало прикосновением волшебной палочки, ниспосланным свыше даром — этого я не знаю до сих пор.

Глава 2

ПОИСКИ И ОТКРЫТИЯ

Что делать, когда сталкиваешься с неведомым? Отвернуться и просто забыть о происшедшем? В моем случае этому мешали две причины. Первой было обычное любопытство. Вторая описывается так: разве можно позабыть или не замечать поселившегося в гостиной слона — или, точнее, привидение в спальне?

На другой чаше весов оказались внутренние противоречия и страхи — очень реальные и очень тревожные. Нет сомнений, я просто боялся того, что может случиться со мной,

если это «состояние» затянется. Вероятность развития душевного расстройства беспокоила меня намного больше, чем угроза физической болезни. Эти страхи отягощались тем, что в свое время я изучал психологию, а многие мои друзья были психологами и психиатрами. Помимо прочего, я боялся обсуждать свой случай с этими друзьями, так как они могли счесть меня одним из своих «пациентов» и тогда я потерял бы ту доверительность, какую приносит равенство (нормальность). Еще хуже могли складываться отношения с коллегами по работе и соседями, то есть с друзьями, не имеющими познаний в психологии. Они отнеслись бы ко мне как к чокнутому или сумасшедшему, а это очень сильно отразилось бы на жизни всей моей семьи.

Наконец, мне следовало сохранить многое в тайне и от домашних. Не было никакой нужды заставлять их волноваться вместе со мной. Я открылся жене только после возникновения совершенно настоящей необходимости объяснить кое-какие свои странные действия. Жена неохотно смирилась с этим, так как иного выбора, вообще говоря, не было; в результате она стала озабоченным свидетелем событий и явлений, изрядно противоречивших ее религиозному воспитанию. Дети были слишком малы, чтобы понимать происходившее. Позже эта тема стала для них совершенно привычной; учившаяся в колледже старшая дочь как-то рассказывала, что однажды вечером, когда они с подругой вошли в общежитие, она обратилась к пустой комнате с просьбой: «Пап, если ты здесь, то тебе лучше уйти. Мы хотим переодеться» (в тот момент я находился в двух тысячах миль от нее как в физическом, так и в ином смысле).

Я начал постепенно привыкать к этой странной и новой грани своей жизни. Медленно, но верно я научился управлять ее развитием. В определенном смысле это даже приносило пользу. Мне уже не хотелось избавляться от этой способности. Сама загадка ее существования вызывала у меня жгучее любопытство.

Мне удалось убедиться, что это явление не имеет физиологических причин и я немногим безумнее своих собратьев, но страхи не исчезали. Эта способность оставалась каким-

то недостатком, болезнью или пороком, и ее нужно было скрывать от «нормальных» людей. Не считая редких встреч с доктором Брэдшоу, я не мог даже поговорить об этом с друзьями. Единственным возможным решением казалась та или иная форма психотерапии, однако целый год (а может, пять, десять лет) ежедневных бесед, которые обходятся в тысячи долларов и могут не принести никакого результата, — нет, я решил, что этот путь недостаточно действен.

В те дни мне было очень одиноко.

В конце концов я приступил к экспериментам с этим странным отклонением и начал вести записи о каждом событии. Кроме того, я принялся читать книги на те темы, которыми прежде пренебрегал в силу своих взглядов на жизнь. Религия никогда не оказывала большого влияния на мои мысли, но, судя по всему, она оказалась единственным источником книг и познаний о человеке, какие могли бы содержать в себе ответы на мои вопросы. Если не считать посещения церкви в детстве и тех редких случаев, когда я заходил туда вместе с одним приятелем, Бог, духовенство и религия значили для меня очень мало. Вообще говоря, я просто никогда особенно не задумывался об этом, так как тема просто не вызывала у меня интереса.

Туманные упоминания и обобщения обнаружили уже при первом ознакомлении с древними и новейшими течениями западной философии и религии. Похоже, в некоторых случаях авторы пытались описать или объяснить сходные явления. Библия и прочие христианские писания предлагали обилие таких аналогий, но ничего не говорили о причинах этих явлений и средствах исцеления. В большинстве случаев совет был один: молиться, размышлять, поститься, ходить в церковь, каяться в грехах, верить в Троицу — Отца, Сына и Духа Святого, — бороться со Злом (или, напротив, не противиться Дурному) и препоручить себя воле Господней.

Так или иначе, но все это лишь усилило мое смятение. Если новое явление, вторгнувшееся в мою жизнь, было «благом», то есть «даром свыше», то, по религиозным представлениям, оно может принадлежать лишь святому или, во всяком случае, праведнику, но я подозревал, что пока не

могу претендовать на место в святцах. Если же это явление относилось к «дурному», если это козни дьявола или, по меньшей мере, демона, который пытается овладеть мной либо вселиться в мое тело, то необходимо заняться изгнанием нечистой силы.

Я встречался с ортодоксальными священниками традиционной церкви, и они, несмотря на вежливость, в той или иной мере склонялись к последней версии. Судя по настроенности, я казался им опасным еретиком.

Как и говорил доктор Брэдшоу, в восточных религиях к этому явлению относились намного терпимее. В них существованию нематериального тела уделялось очень большое внимание, но это состояние бытия также считалось результатом высокого духовного развития. Способностью временно покидать свое физическое тело для обретения неопишуемых мистических прозрений обладали только Учителя, гуру и другие святые, прошедшие долгую подготовку. Что касается самого понятия «духовное развитие», то оно использовалось без каких-либо подробных пояснений и практических советов, хотя книги намекали на то, что подобные тонкости прекрасно известны всем членам тайных обществ, сект, буддийских монастырей и прочих подобных организаций.

Если все это было правдой, то к какой группе можно отнести меня? Очевидно, я уже староват для того, чтобы начать новую жизнь в тибетском монастыре. Мое одиночество становилось все острее. Похоже, ответов просто нет — во всяком случае, в нашей культуре.

Именно в это время мне довелось узнать, что в Соединенных Штатах существует настоящее подполье. Единственным отличием от обычной подпольной организации является отсутствие каких-либо законов, запрещающих его деятельность, преследующих и наказывающих подпольщиков. Эта группировка лишь случайно и частично пересекается с мирами науки, политики, финансов, образования и так называемого искусства. Более того, сети этого подполья явно не ограничиваются территорией Соединенных Штатов и пронизывают весь западный мир.

Литературно-художественное издание

Роберт Монро
ПУТЕШЕСТВИЯ ВНЕ ТЕЛА

Перевод: *К. Семенов*

Редактор *И. Старых*

Корректоры: *Т. Селезнева, Е. Яковенко*

Оригинал-макет: *Г. Булавко*

Обложка: *В. Миколайчук*

ООО Книжное издательство «София»
115191, г. Москва, Гамсоновский пер., д. 2, стр. 1

Для дополнительной информации:

Издательство «София»

04073, Украина, Киев-73, ул. Фрунзе, 160

Подписано в печать 20.07.2016 г.

Формат 84x108/32. Усл. печ. л. 16,80.

Тираж 3000 экз. Зак. №

**Отделы оптовой реализации
издательства «София»**

в Киеве: +38(044) 492-05-10, 492-05-15

в Москве: +7(499) 643-43-03

в Санкт-Петербурге: +7(812) 676-07-68

www.sophia.ru

Мы в соцсетях

facebook.com/SophiaBooks

vk.com/sophia_publishing

[instagram: sophia_publisher](https://instagram.com/sophia_publisher)