

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ МЕЖДУНАРОДНЫХ ОТНОШЕНИЙ
Кафедра языкознания и страноведения Востока**

Лобанова
Анастасия Ярославовна

**СОН КАК ТЕХНИКА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ В РЕЛИГИОЗНЫХ
ПРАКТИКАХ КИТАЯ**

Дипломная работа

Научный руководитель:
старший преподаватель
М.А. Исаченкова

Допущена к защите
«__» _____ 2017 г.
Зав. кафедрой языкознания и
страноведения Востока
канд. ист. наук, доцент В.Р. Боровой

Минск, 2017

РЕФЕРАТ

Дипломная работа: 52 страницы, 69 использованных источников.

СОН, СНОВИДЕНИЯ, ДАОСИЗМ, ВНУТРЕННЯЯ АЛХИМИЯ, ПРАКТИКА СНА, ТАНТРИЧЕСКИЙ БУДДИЗМ, ЙОГА СНА, ЙОГА СНОВИДЕНИЙ

Объект исследования: даосские и буддийские техники самосовершенствования.

Предмет: техники сна и сновидений в китайских практиках самосовершенствования.

Цель работы: определить роль сна и сновидений в религиозных практиках Китая.

Методы и подходы исследования: метод изучения и обобщения, описательный, сравнительный, феноменологический и системный подходы.

Дипломная работа посвящена изучению техник сна и сновидений в китайских практиках самосовершенствования. В работе выявлены основные подходы к изучению сна и сновидений, сложившиеся в современной науке, описана история возникновения даосских и буддийских практик совершенствования, связанных с использованием сна и сновидений, охарактеризованы их основные положения, а также предложен перевод текста даосского мастера Чэнь Туаня «Общие наставления по двенадцати этапам мастерства сна с горы Хуашань».

В работе предпринята попытка исследования и описания сна как отдельной разновидности техники самосовершенствования в даосизме, а также сопоставления даосской и буддийской практик. Полученные результаты могут иметь практическое применение в лекциях по культуре и религиям Китая, а также в дальнейших исследованиях по изучению техник сна и сновидений в различных китайских религиозных практиках.

Автор подтверждает достоверность материалов и результатов дипломной работы, а также самостоятельность ее выполнения.

РЭФЕРАТ

Дыпломная праца: 52 старонкі, 69 выкарыстаных крыніц.

СОН, ДААСІЗМ, УНУТРАНАЯ АЛХІМІЯ, ПРАКТЫКА СНУ,
ТАНТРЫЧНЫ БУДЫЗМ, ЁГА СНА

Аб'ект: даоскія і будысцкія тэхнікі самаўдасканалвання.

Прадмет: тэхнікі сна ў кітайскіх практыках самаўдасканалвання.

Мэта працы: вызначыць ролю сна ў кітайскіх практыках самаўдасканалвання.

Метады і падыходы даследавання: метады вывучэння і абагульнення, апісальны, супастаўляльны, феноменалагічны і сістэмны падыходы.

Дыпломная праца прысвечана вывучэнню тэхнік сна ў кітайскіх практыках самаўдасканалвання. У працы высветлены асноўныя падыходы да вывучэння сна, якія склаліся ў сучаснай навуцы, апісана гісторыя ўзнікнення даоскіх і будысцкіх практык самаўдасканалвання, звязаных з выкарыстаннем сна, ахарактарызаваны іх асноўныя палажэнні, а таксама прапанаваны пераклад тэксту даоскага майстра Чэнь Туаня «Агульныя навучанні па дванаццаці этапах майстэрства сну з гары Хуашань».

У працы распачата спроба даследавання і апісання сна як асобнай разнавіднасці тэхнікі самаўдасканалвання ў даасізме, а таксама супастаўлення даоскай і будысцкай практык. Атрымленыя вынікі могуць мець практычнае выкарыстанне ў лекцыях па культуры і рэлігіях Кітая і ў далейшых даследаваннях па вывучэнню тэхнік сна ў разнастайных кітайскіх рэлігійных практыках.

Аўтар пацвярджае пэўнасць матэрыялаў і вынікаў дыпломнай працы, а таксама самастойнасць яе выканання.

ABSTRACT

Thesis: 52 pages, 69 sources.

SLEEP, DREAM, TAOISM, INTERNAL ALCHEMY, DREAM PRACTICE, TANTRIC BUDDHISM, DREAM YOGA, YOGA OF SLEEPING

Object: practices of self-improvement in Taoism and Buddhism.

Subject: dream and sleep techniques in Chinese practices of self-improvement.

Objective: to reveal the role of dreams and sleep in Chinese religious practices.

Methods and approaches: investigating and generalization methods, descriptive, comparative, phenomenological and system approaches.

The thesis is devoted to studying dream and sleep techniques in Chinese practices of self-improvement. The research reveals the basic approaches to studying sleep and dreams in modern science, describes the history of Taoist and Buddhist practices of self-improvement, which are connected with sleep and dreams, and characterizes their main provisions. Also there was offered a translation of the text entitled "General instructions for the twelve sleep practices of mount Huashan" by a taoist master Chen Tuan.

The results of the thesis can be used practically in the lectures on Chinese culture, religion, as well as in further researches, connected with sleep and dream techniques in various Chinese religious practices.

The author confirms the authenticity of information and results of the thesis, as well as the independence of its performance.