

## ФИЛОСОФСКИЕ НАУКИ

УДК 2-1

### ИЗМЕНЕННЫЕ СОСТОЯНИЯ СОЗНАНИЯ В МИСТИЧЕСКОМ ОПЫТЕ СУФИЗМА

*Р.И. Абакаров, В.В. Королев*

#### Аннотация

В статье рассматриваются сущностные характеристики измененных состояний сознания. Проводится анализ их истоков, содержания и формы проявления в мистическом опыте суфизма. Раскрываются аспекты взаимосвязи и идентичности экстатических состояний в различных религиозных системах. Анализируется их роль и место в процессе формирования мистического мировоззрения.

**Ключевые слова:** измененные состояния сознания, религия, суфизм, мистический опыт, эзотеризм.

---

Как известно, суфийский мистический путь познания сосредоточивает свое внимание на интуиции как основном методе постижения истины. Последователи суфизма настаивали на том, что лишь особые экстатические или, как мы дальше будем их обозначать, измененные состояния сознания способны приоткрыть перед человеком завесу невежества и слепоты и дать ему представление об Истинной Реальности.

Измененные состояния сознания (ИСС) сегодня являются объектом пристального внимания не только психологов и психиатров, но и, хотя и в меньшей степени, философов. Несмотря на то, что ИСС – собирательное название состояний сознания, отвечающих признакам нарушения сознания, этот термин используется и для описания психики здоровых людей. ИСС можно рассматривать как составную часть бодрствования здорового человека, вызываемую различными причинами, которая, как правило, недолговечна и сменяется состояниями сознания, свойственными спокойному бодрствованию.

При этом индивид не только не избегает подобных состояний, но даже, напротив, начинает стремиться к ним, преобразуя в результате свои ощущения в представления о себе и окружающем мире. «...Наше нормальное или, как мы его называем, разумное состояние представляет лишь одну из форм сознания, причем другие, совершенно от него отличные, существуют рядом с ним, отделенные от него лишь тонкой перегородкой» [1, с. 302], – считает американский философ и психолог У. Джеймс. И именно от культуры и психических особенностей конкретного индивида зависят последствия таких состояний – отбросит

ли он их как «наваждение» или «положит» их в «фундамент» собственной жизненной концепции.

Многие специалисты, изучая ИСС в мистическом опыте, выделяли несколько черт, характерных именно для мистических переживаний. Среди них такие, как неизреченность, интуитивность, кратковременность и бездеятельность воли. Под неизреченностью понимается отсутствие возможности для мистика выразить свое состояние с помощью слов. «Ибо реальность, к которой стремится мистик, непостижима, ее невозможно понять или объяснить обычным способом, ее смысл не способны раскрыть ни философия, ни разум, прозрение каких-то ее сторон доступно только мудрости сердца, гносису» [2, с. 13].

Несмотря на то что мистические состояния относятся скорее к эмоциональной сфере, для мистика они являются единственной возможной формой познания (Истины), когда лишь при помощи интуиции человек может вознестись в Божественное присутствие. И хотя процесс слияния с Абсолютным в мусульманском мистическом пути познания длительный, включающий в себя множество «ступеней», «стоянок» пути, сам момент пребывания в экстатическом состоянии, как правило, не длится долго. Но при этом такие состояния расширяют и обогащают внутренний мир мистика и остаются в его памяти и сознании как наиболее важный и ценный опыт на протяжении всей его жизни.

В качестве отличительной черты ИСС в мистическом опыте ислама (как практически и в любых других религиозно-мистических течениях) можно также выделить то, что, по сути, экстатические состояния вызываются именно вследствие сознательно-волевых усилий личности (психофизические упражнения и т. д.). Но если состояние сознания приобретает присущие данному переживанию признаки, то в этом случае и сознание, и воля мистика оказываются как бы нереализованными, не принимающими никакого участия в данном опыте или даже находящимися во власти какой-то высшей силы.

В современной философии все чаще слышится мнение о необходимости более внимательного отношения к «скрытым» формам познания. При этом подразумевается, что тот значимый духовный опыт, который человек способен обрести в измененных состояниях сознания, может нести в себе определенный гносеологический потенциал и в некоторых случаях являться даже чем-то большим, чем знание, опирающееся на разум.

Исходя из представлений о многомерности человеческого сознания, многие исследователи, анализируя ИСС, говорят о присущих ему способностях преодолевать узкие рамки аналитического разума.

В формате нашей темы вновь актуализировалась проблема соотношения сознательного и бессознательного. Для этих сфер психики характерны, скорее, противоречивые отношения, чем состояние гармонии. Память, мышление, воображение напрямую зависят от бессознательного. Оно способно не только влиять на творческую энергию индивида, но и принимать непосредственное участие в решении сложных проблем.

Сегодня накоплено уже большое количество сведений по проблеме измененных состояний сознания (библиографические списки, посвященные исключительно ИСС, достигают тысячи и более наименований) (см. [3, с. 25]).

При этом признаки нарушения нормальной работы сознания, характерные для экстатических состояний мусульманского мистического опыта (в принципе, это может относиться к любой форме мистического мировосприятия), как-то: отрешенность от реального мира и отражение его лишь в виде отдельных бес-связных фрагментов; дезориентировка во времени, месте, окружающих лицах; ситуации нарушения мыслительных, сознательно-волевых процессов с ослаблением или полной невозможностью суждений, затруднения в запоминании – большинством исследователей в современной литературе уже не разделяются на возникающие при ясном сознании (норма) и помраченном (при психической патологии).

Сегодня наибольший интерес для изучения представляют собой искусственно вызываемые ИСС, в том числе в рамках мистического познания, хотя условия их возникновения могут присутствовать и в естественном ритме существования индивида. Л.И. Спивак является автором одной из наиболее полных типологий ИСС, в которой он разделяет их на искусственно вызванные, спонтанно возникающие и психотехнически обусловленные [4, с. 48–55].

К искусственно вызываемым можно отнести ИСС, возникающие под действием психоактивных веществ или психоактивных процедур (примерами могут служить, соответственно, прием психотометиков или сенсорная депривация (перегрузка)).

Спонтанно возникающие ИСС могут появляться при обычных для данного человека условиях (скажем, засыпание или значительное напряжение), а также необычных, но естественных обстоятельствах (в частности, при нормальных родах) или экстремальных условиях жизни или работы.

Психотехнически обусловленные ИСС сопровождают процессы психической регуляции или саморегуляции в современной психотерапии, регуляции посредством экстрасенсорного воздействия, а также религиозно-мистических обрядов в традиционных культурах и субкультурах.

Причины появления ИСС можно разделить на психологические, физиологические и химические.

Под психологическими причинами возникновения ИСС понимаются, как правило, глубокие переживания, гипнотические состояния, аутогенная тренировка, медитация, творческие озарения, ритуальные обряды и др.

Физиологические причины – это нарушение режима сна, физическое и умственное перенапряжение, воздержание от пищи, дыхательные упражнения, монотония, ритуальные действия, пляски и т. д.

К химическим факторам относятся: алкогольная интоксикация, пребывание в загрязненной атмосфере, воздействие медицинских препаратов (пептидов, ноотропов, стимуляторов, наркотиков, галлюциногенов) и сборов некоторых видов растений [4, с. 48–55].

Следует отметить, что анализ мистической практики в суфизме наглядно показывает наличие в познавательных процедурах мусульманского мистицизма элементов, направленных на достижение экстатического состояния и психологического, и физиологического, и химического характера.

Большой интерес представляет исследование прохождения индивидом ИСС одного из ведущих специалистов в этой области Чарльза Тарта [5, с. 78].

Согласно его исследованиям начальную стадию можно определить как нарушение обычного состояния сознания под воздействием вышеперечисленных факторов. При этом и степень такого воздействия, и его внутреннее содержание напрямую связаны с конкретной природой факторов, являющихся причиной возникновения подобного рода состояний (специфических верований, химических веществ, психологического и физического состояния индивида, окружающей обстановки и др.). После завершения перехода к новому состоянию сознание снова стабилизируется. Также отмечается большая вероятность развития способности индивида входить в ИСС [6, с. 164].

Очень любопытен в этом плане феномен обратной толерантности (весьма странный с точки зрения фармакологии), когда повторные приемы препарата не уменьшают, а усиливают эффект.

Этот факт имеет определенные следствия. Во-первых, индивид приобретает способность чаще и легче входить в определенные состояния. Так, многие последователи мусульманского мистического течения, достигавшие в своей практике слияния с Абсолютом, многократно заявляли о своей увеличивавшейся с каждым разом способности постижения Истины без всякой внешней подготовки. При этом они утверждали, что степень и глубина их способности «погружения» в Бога постоянно и неуклонно увеличивается. Хотя многие из них при этом не исключали использование для достижения такого состояния вспомогательных средств, применение которых осуждалось представителями умеренного суфизма (наркотических веществ, ритмических действий, музыки и др.).

Во-вторых, качества и способности, проявляющиеся в экстатических состояниях сознания, могут стать доступными и в состоянии обыденного бодрствования. Так последователи суфизма, овладевшие состоянием предельного покоя и концентрации, со временем становятся более спокойными и сосредоточенными и в обыкновенном состоянии. Или, иначе говоря, результатом пребывания суфия в подобного рода состояниях со временем становятся определенные изменения свойств обыденного состояния сознания, и, по выражению Р. Уолша, «вспышки света становятся постоянным сиянием» [6, с. 165].

Переживание ИСС в рамках суфизма было и остается сугубо индивидуальным опытом и способно оказывать самое разнообразное влияние как на психику, так и на психосматику индивида. Формы выражения ИСС исключительно многообразны. Так, например, мистические состояния сознания представляют собой особого рода ИСС, в них человек осознает прикосновение к чему-то Божественному. Они могут возникать спонтанно или достигаться особой практикой.

Мистическое течение в исламе указывает на то, что соединение человека с Богом, как правило, – процесс длительный, включающий в себя определенное количество ступеней и «стоянок». Продвижение по этому пути требовало от мюрида соблюдения определенных правил и норм, полного самоотречения и, зачастую, самоистязания. Так что в суфизме, как и во всех древних мистических системах, был разработан ряд техник вхождения в такие состояния, которые в большинстве своем удивительно похожи друг на друга.

За последние годы в России, как и во всем мире, возникло множество новых религиозных движений (НРД), которые часто называют также «нетрадиционными религиями» или «тоталитарными» сектами. Проблема НРД интересуют

нас, прежде всего, с позиции исследования их методов для достижения измененных состояний сознания, а также сравнения психофизических упражнений, направленных на достижение ИСС в НРД и в мистическом течении ислама.

Наибольшую обеспокоенность специалистов, занимающихся контролем за деятельностью НРД, вызывает применение последними особой психотехники, именуемой «кодирование» или «промывание мозгов» [7, с. 40–54]. Так, ряд религиозных новообразований обвиняется в применении таких приемов погружения в ИСС, как изоляция от внешнего мира, недосыпание, недоедание и т. п.

Этот факт представляется нам очень интересным в связи с тем, что основными методами на пути у суфиев были с первых лет существования и до наших дней пост и бодрствование. Считалось, что мистик, желающий приобщиться к Божественному, обязан как можно меньше спать, есть, общаться с другими людьми. Необходимо также отметить, что в НРД, как и в суфизме, все эти моменты предшествуют моменту «обращения», что заметно отличается от процедуры, принятой у ортодоксального религиозного построения.

Среди наиболее известных приемов и техник, используемых членами новых религиозных образований для контроля над сознанием человека, различают следующие: групповое давление (игры, пение и пр.); воздействие лестью, прикосновениями, любовью; изоляция индивида от мира; использование техники остановки мышления с помощью монотонии, пения и упражнений; формирование состояния эмоциональной уязвимости (поддержание состояния чувства страха, вины); загрузка восприятия контролируемой информацией; нарушение суточного ритма, отказ от сна и пищи [7, с. 40–54].

Даже поверхностный анализ мистического опыта в исламе, касающийся аскетической практики и психофизических упражнений, наглядно показывает, что психотехнические составляющие техники достижения экстатических состояний сознания как в суфизме, так и в НРД практически идентичны. И довольно большая часть мистического опыта в исламе также направлена именно на подавление сознательно-волевых процессов. Таким образом, приемы и методы членов НРД являются нечем-то принципиально новым, а всего лишь вульгаризированным вариантом древних религиозно-мистических практик.

Следовательно, можно сделать вывод о том, что вне зависимости от мировоззрения и целей как в новых религиозных движениях, так и в суфизме формирование ИСС происходит целенаправленно и в подходе к достижению таких состояний сознания лежат одни и те же принципы. И это закономерно, ибо людей, исповедующих разные религии, как и людей с различной философией, объединяет то, что они при этом принадлежат одному «виду», то есть физически и психически схожи между собой. Как говорил Я. Беме, «...все люди таковы, будь они христиане, иудеи, турки или язычники; в ком есть любовь и кротость, в том есть и свет Божий. Или ты скажешь, что нет? И турки, и иудеи, и язычники не живут ли в том же самом теле, в котором живешь и ты, и пользуются силою того же тела, которою пользуешься и ты, и обладают той же плотью, как и ты, и твой Бог есть также и их Бог» [8, с. 332–333]. При этом в исламском мистицизме остается все-таки больше «пространства» для собственных духовных усилий личности. Но неизбежно возникает вопрос: почему при этом идентичные психотехнические приемы не дают каких-либо однозначных результатов?

Как известно, знание в суфизме эзотерично, то есть доступно лишь небольшому количеству людей. Сами суфии объясняют это тем, что Истина не только не нужна каждому отдельному представителю общества, но и внутренняя природа суфиев более совершенна, чем у обычного человека, вследствие чего знание является уделом избранных. «Эта заплатанная одежда должна быть приготовлена в предвечности», ибо, как бы ни старался человек достигнуть уровня суфия, «ни один осел не может превратиться в лошадь благодаря лишь усилиям и стараниям» [9, с. 44–50].

В этой связи очень интересным является тот факт, что характер и глубина измененных состояний сознания определяются не только внешними факторами, но и физической природой, наследственностью, зрелостью личности, мерой ее духовности. Таким образом, вопрос, касающийся избранности «друзей Бога» (как они себя называют), может иметь и такое, достаточно тривиальное, объяснение.

В результате применения описанных приемов и техник у суфия наступает такое состояние сознания, для которого характерны «опустошенность», «бессодержательность», «беспредметность». Происходит временное опустошение функций всех психических подсистем; сознание остается, но нет объекта сознания и нет сознаваемого. Это позволяет мусульманским мистикам говорить о мистическом опыте именно как об опыте единения, растворения в Боге. Появление такого состояния сознания происходит как бы внезапно, толчком, хотя и является определенной стадией тщательно разработанного процесса познания.

### Summary

*R.I. Abakarov, V.V. Korolev. Altered States of Consciousness in the Mystic Experience of Sufism.*

The article deals with the essential characteristics of mind state change. Their origins, etymology and functioning in the mystic aspect of Sufism are analyzed. Mechanisms of interconnection and identity of mystic conditions of mind in various religions as well as their role and importance in the process of mystic outlook formation are studied.

**Key words:** altered states of consciousness, religion, Sufism, mystic experience, esoterics, Muslim mysticism, psychotechnique.

### Литература

1. Джеймс У. Многообразие религиозного опыта. – М.: Наука, 1993. – 432 с.
2. Шиммель А. Мир исламского мистицизма / Пер. с англ. – М.: Алетейа: Энигма, 2000. – 414 с.
3. Измененные состояния сознания: современные исследования: Научно-аналитический обзор. – М.: ИНИОН РАН, 1995. – 56 с.
4. Спивак Л.И., Спивак Д.Л. Измененные состояния сознания: типология, семиотика, психофизиология // Сознание и психическая реальность. – 1996. – Т. 1, № 4. – С. 48–55.
5. Tart C. States of Consciousness. – N. Y.: E.P. Dutton & Co., 1975 – 305 p.
6. Уолли Р. Дух шаманизма / Пер. с англ. – М.: Изд-во трансперсонального ин-та, 1996. – 288 с.

7. Экспертные заключения об Аум Сенрикё // Независ. психиатр. журн. – 1995. – № 11. – С. 40–54.
8. *Беме Я.* Аврора, или Утренняя заря в восхождении / Пер. с нем. – СПб.: Азбука-классика, 2000. – 411 с.
9. *Ас-Сарадж.* Самое блистательное в суфизме // Хрестоматия по исламу. – М.: Наука, Изд. фирма «Восточная литература», 1997. – С. 44–50.
10. *Кныш А.Э.* Мусульманский мистицизм. – М.; СПб.: Диля, 2004. – 453 с.

Поступила в редакцию  
11.09.08

---

**Королев Валерий Васильевич** – кандидат философских наук, заведующий кафедрой религиоведения Казанского государственного университета.

E-mail: *philosophy.dep@ksu.ru*

**Абакаров Руслан Исамутдинович** – кандидат философских наук, старший преподаватель кафедры «Социально-культурный сервис и туризм» Дагестанского государственного технического университета, г. Махачкала.