Муртузова Заира Магомедовна

МЕТОДЫ ПОСТИЖЕНИЯ ИСТИНЫ В СУФИЗМЕ

В статье дается анализ основных методов суфийской мистической практики, посредством которых мусульманские мистики достигают мистических суть измененных состояний психики, трактуемых как духовный опыт идентичности с Высшей Истиной, Богом. Автор также рассматривает их влияние на психофизиологическое и духовное состояние индивидов, акцентируя внимание на подавление дискурсивно-логического мышления личности и переход к интуитивному способу отражения мира.

Адрес статьи: www.gramota.net/materials/3/2014/1-1/39.html

Источник

Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение. Вопросы теории и практики

Тамбов: Грамота, 2014. № 1 (39): в 2-х ч. Ч. I. С. 157-161. ISSN 1997-292X.

Адрес журнала: www.gramota.net/editions/3.html

Содержание данного номера журнала: www.gramota.net/materials/3/2014/1-1/

© Издательство "Грамота"

Информация о возможности публикации статей в журнале размещена на Интернет сайте издательства: www.gramota.net

Вопросы, связанные с публикациями научных материалов, редакция просит направлять на адрес: voprosy_hist@gramota.net

– во-первых, параллели между функциональными и эстетическими показателями существуют и хорошо просматриваются на общем виде изделий, характеризующимся геометрическими параметрами;

– во-вторых, скрытые от глаз отношения между различными конструктивными особенностями спортивной обуви содействуют созданию гармоничной целостности формы, позволяющей сформировать оптимальное визуальное единство данного изделия;

– в-третьих, выбранная функционально-эстетическая система, используемая в процессе формообразования спортивной обуви, создаётся с учѐтом баланса потребностей, предъявляемых различными группами пользователей. Таким образом, спортивная обувь становится более привлекательной и стильной, а технологически – более инновационной.

В результате данного исследования авторам удалось выявить характеристики, легко и удобно применимые для сопоставления и оценки различных видов объемно-пространственной структуры спортивной обуви. С их помощью можно выявить наиболее вероятную природу эстетической ценности данной группы изделий, представленную в наглядных показателях. Исследуя функциональную структуру спортивной обуви, авторы приходят к выводу о том, что назначение, функция и потребительский запрос определяют форму, стиль, характер декоративных элементов изделий в их логической взаимосвязи. Таким образом, интегральные эстетические качества спортивной обуви наглядно сочетаются с рациональными ценностями и создают искомое равновесие требований в системе «обувь – человек – среда».

Список литературы

1. **Гусейнов Г. М., Ермилова В. В. и др.** Композиция костюма. М.: Академия, 2004. 432 с.
2. **Демпси Э.** Стили, школы, направления: путеводитель по современному искусству / пер. с англ. В. Крючкова. М.: Искусство – XXI век, 2008. 303 с.
3. **Каминская Н. М.** История костюма. М.: Легкая индустрия, 1977. 128 с.
4. **Козлова Т. В.** Основы художественного проектирования изделий из кожи. М.: Легпромбытиздат, 1987. 232 с.
5. **Основные термины дизайна**: краткий справочник-словарь / отв. ред. Л. А. Кузьмичев. М: ВНИИТЭ, 1988. 88 с.
6. **Половников И. И., Фарниева О. В.** Проектирование спортивной обуви. М.: Легпромбытиздат, 1987. 128 с.
7. **Pereira S.** Trainers. Oxford: Fitway, 2004. 253 p.

SPORTS FOOTWEAR DESIGN AS FUNCTIONAL-AESTHETIC COMPLEX

Moghaddasi Mohammadhossein Hassan
Nazarov Yurii Vladimirovich, Doctor in Art Criticism, Professor
Moscow State University of Design and Technology
mhmoghaddasi@mail.ru; nazaret48@yandex.ru

The article is devoted to design role research in sports footwear shaping process and its importance determination in interconnection with the item functional and aesthetic parameters. Aesthetic and functional characteristics influence on the process of sports footwear look and construction determination is in the spotlight. Considerable practical experience is summarized and demonstrably presented as the graphical analysis of leading sports brands production by means of the typological scheme construction. The authors come to the conclusion that aesthetic tendencies in sports footwear look formation and its functional qualities turn into integral whole preserving the balance of rational and emotional characteristics.

Key words and phrases: sports footwear; shaping; function; technical aesthetics; visual composition.

УДК 130.3
Философские науки

В статье дается анализ основных методов суфийской мистической практики, посредством которых мусульманские мистики достигают мистических суть измененных состояний психики, трактуемых как духовный опыт идентичности с Высшей Истиной, Богом. Автор также рассматривает их влияние на психофизиологическое и духовное состояние индивидов, акцентируя внимание на подавление дискурсивно-логического мышления личности и переход к интуитивному способу отражения мира.

Ключевые слова и фразы: суфизм; мистическая практика; мистическое состояние; зикр; медитация.

Муртузова Заира Магомедовна, к. филос. н., доцент
Дагестанский государственный технический университет
nirvana1509@mail.ru

МЕТОДЫ ПОСТИЖЕНИЯ ИСТИНЫ В СУФИЗМЕ©

Вся история человечества свидетельствует о том, что влияние и роль религиозно-мистических учений в общественной жизни особенно возрастает в переломные эпохи. Религиозно-мистический компонент в общественном сознании существенно увеличился. В условиях нестабильности, неуверенности в будущем,

© Муртузова З. М., 2014

разочарованности в прежних идеях и идеалах люди стали искать моральную опору и надежду на стабилизацию жизни в мистических традициях. Так, суфизм как духовное явление играет огромную роль в культурной и общественно-политической жизни регионов традиционного распространения ислама. В республиках Северного Кавказа функционирует множество суфийских братств. Отсюда очевидна необходимость философского исследования этого феномена.

В данной работе рассматриваются основные элементы суфийской мистической практики, влияние психотехнических методов, приѐмов и упражнений на психофизиологическое и духовное состояние индивида. Методы постижения идей, выработанные в суфийской практике, приобретают исключительно важное значение, ибо посредством их, по представлениям суфиев, можно пережить духовный, психологический опыт идентичности с Высшей Истиной, Богом.

Согласно исламу, человек – во всех отношениях совершенное создание Бога, венец всего им сотворѐнного, звено между Богом и миром. Соответственно, главное предназначение человека, смысл его бытия состоит в стремлении к самосовершенствованию. Итогом духовного восхождения должно стать единение с Богом, вплоть до полного растворения в Нѐм.

Для того чтобы подготовить сознание индивида к восприятию сверхчувственной реальности, ему необходимо пройти длительную стадию подготовки. В процессе мистической практики суфий осваивает специальные психотехнические приѐмы сознательного введения себя в измененные состояния сознания, призванные пробудить в нем интуитивную мудрость, что и приведет в конечном итоге к просветлению.

Одним из методов суфийской практики психотренинга является медитация – мураками. Мураками есть глубокая погруженность в созерцание. Медитирующий созерцает все проявления собственной психики, максимально отстраняясь, как сторонний наблюдатель, не вовлекаясь, проявляя полное безразличие к мелькающим образам, мыслям, эмоциям. Наступает момент, когда сознание мистика становится чистым, ясным, безоблачным.

В процессе медитации все мысли исчезают, и внимание концентрируется на дыхании. Успех в медитативной практике в значительной степени зависит от способа дыхания. Общеизвестно, что способ дыхания влияет на состояние психики: спокойное дыхание успокаивает, и наоборот. Обычно в мистическом психотренинге практикуется замедленное ритмичное дыхание, и это оказывает гипнотическое воздействие. В суфийской практике мураками по популярности уступала зикру и сама. Вместе с тем созерцание стало составным элементом в духовно-религиозной практике многих суфийских братств и общин.

Основоположником школы созерцательного мистицизма в суфизме является багдадский богослов Харис ал-Мухасиби [8, с. 123]. В основу учения ал-Мухасиби легло положение о наблюдении и контроле – мураками ва мухасаба. Аллах Всеведущ и видит всѐ скрытое и явное. «Разве он не знает, что Он видит?» (96:14), – сказано в Коране [5]. Постоянное самонаблюдение, анализ намерений души и поступков позволят мистику избежать нарушения религиозных заповедей и, самое главное, избежать мимолѐтного забвения Всевышнего.

Мистик, прошедший до конца весь путь познания, становится свидетелем сокровенных тайн: это концентрация сознания на определѐнном объекте, что в итоге позволяет глубоко проникнуть в тайну жизни, растворившись в ней, соприкоснуться с Абсолютом, Высшей Истиной, Богом.

Из мураками впоследствии выделились такие психотехнические упражнения, как таваджжух, рабита и тафаккур («размышление»).

Слово *таваджжух* (концентрация внимания на духовном партнѐре), производное от *виджх* (лицо), означает «смотреть в лицо», «стоять лицом к лицу», употребляется в применении к созерцанию киблы во время ритуальной молитвы. Этот термин часто использовался суфиями применительно к Богу. Позднее кибла трансформируется в муршида, именно он открывал врата к Богу. Таваджжух применялся и по отношению к Пророку.

Таваджжух обычно практикуется между двумя духовными партнѐрами: это концентрация внимания, в котором объектом воздействия является психика ученика со стороны шейха. При этом взор фиксируется на каком-то духовном объекте, находящемся перед глазами, либо объект концентрации воспроизводится по памяти мысленно. Внимание может концентрироваться на собственном духовном сердце мистика, духовной сущности шейха, умершего или здравствующего, тексте Корана, т.е. на том, что обладает духовностью. Таваджжух может сочетаться с богопоминанием и рецитацией канонических текстов (хатм) либо практиковаться самостоятельно.

Рабита есть мысленная связь с духовным наставником, шейхом. Для того чтобы достичь рабита, пишет Ас-Сануси, «…необходимо воссоздать внутри себя образ своего шейха. Образ этот появляется у правого плеча. Затем он видится в движении от правого плеча к сердцу. Эта мысленная линия служит как бы проходом, через который дух шейха может овладеть этим органом. Этот процесс, если его поддерживать непрерывно, непременно поможет достичь состояния полного растворения в шейхе «ал-фана фи-ш-шайх» [Цит. по: 7, с. 173]. Шейх здесь выступает медиумом (васита), посредством которого мюрид постигает божество.

Тем не менее главным средством приближения к Богу в суфизме является зикр. Правомерность этой специфически мистической формы поклонения доказывалась указаниями – айатами Корана: «О те, которые уверовали! Вспоминайте Аллаха частым упоминанием…» (33:41); «…поминанием Аллаха успокаиваются сердца…» (13:28); «Вспомни (узкур) твоего Господа, когда ты забудешь» (18:24) [5] и т.д. Основой служили и многочисленные хадисы, в частности: «Пророка… спросили, какое деяние наиболее добродетельно. Он ответил: ―Чтобы ты умирал, а язык твой поминал Аллаха, Великого и Всемогущего‖». Ал-Газали пишет: «Таинство и суть религиозных отправлений – это зикр. Фраза мусульманства – ―Лаилаха илла-л-Лаху (―Нет Бога кроме Аллаха‖)‖ – формула признания единобожия – основа зикра, всѐ остальное выступает в качестве подтверждения данного тезиса … ―Номинание‖ имѐн Бога, а их в исламе насчитывается 99, по мнению суфийских авторитетов, должно быть постоянным, или в большинстве переживаемых мюридом ―еостояний‖, поскольку в нѐм ―заключено спасение‖» [Цит. по: 1, с. 262].

Джавад Нурбахш сравнивает зикр с «метлой», которая при помощи «шейха Пути» выметает всѐ, даже «прах собственного существования» [6, с. 90].

В исламской мистической традиции изустное поминание Аллаха имеет первостепенное значение. Зикр как вид практики оформился, исходя из Корана и на основе традиций его рецитации вслух: это определѐнным образом заданное многократное произнесение абстрактных по значению формул на сакральном арабском языке, языке Корана и Сунны, содержащее в себе имя Бога (Аллаха) или его имена-атрибуты. При чтении повторяющихся коротких фраз или отдельных слов (имѐн Бога) большое значение имеют контроль дыхания в сочетании с определѐнными телодвижениями, балансированием и наклонами.

Формами опосредствованного богопоминания является чтение Корана, позволяющее освежить память о Всевышнем, хадж как поминание Бога через посещение Его дома, пост, позволяющий очистить сердце от чувственных страстей для поминания Аллаха. Богопоминание осуществляется и в процессе намаза, включающего в себя, помимо молитвенных текстов, и формулы зикра. «Именам и ~~с~~ловам" (т.е. фразам) придаѐтся высший, особый смысл, при их произнесении божественная энергия пронизывает существо произносящего, изменяя его» [7, с. 160].

Опираясь на указания в Коране – 2:147, 3:188, 7:204, 8:47, 13:28, 17:110, 18:23/24, 29:44, 33:41 и др., – суфии изначально используют либо формулы, взятые из текста Корана, либо формулы, применяемые в нормативной культовой практике: тасбих (восхваление) – Субхана Аллахи (Хвала Аллаху); тахлил (единобожие) – Ла илаха илла-л-лаху (Нет Бога кроме Аллаха); тахмид (благодарение – восхваление) – Ал-хамду ли-ллахи (Слава Аллаху); Хува (Он); просто имя Бога, то есть Аллах и другие. Именно шейх определял вид зикра, соответствующий духовному развитию неофита. Духовный наставник (шейх) в устной форме во время инициации передавал мюриду (ученику) формулу зикра, разъясняя ее значение, смысл и способ произнесения.

Зикру можно научиться не только от живого учителя, но и от Хидра, таинственного покровителя странников, но инициация должна совершаться по всем правилам. Формула зикра передаѐтся по цепочке духовных руководителей, идущей от самого Пророка или ангела – вдохновителя Мухаммеда. Иногда считали, что разные варианты совершения зикра восходят к первым халифам, что Пророк обучил Абу Бакра молчаливому зикру, когда ночевал вместе с ним в пещере во время переселения в Медину, тогда как Али был дарован громкий зикр.

В психологическом аспекте зикр представляет собой тотальную, безусловную концентрацию помыслов и стремлений человека на объекте поминания. При отправлении богопоминания главным является степень вовлечѐнности и участие сердца в проговаривании формул зикра, наполненность любовью к объекту концентрации, чистота помыслов и искренность в процессе рецитации. Конечной целью поминания должна стать «встреча» с Богом, единение с Ним.

Формулы зикра определяются уровнем духовного развития подвижников и разнятся в различных суфийских братствах. В одних братствах практиковали «громкий» (джами), а в других так называемый «тихий» (хафи) зикр, который произносится либо шепотом, либо про себя. «Громкий» зикр обычно отправлялся сообща, в то время как «тихий» практиковался в уединении и являлся частью духовной подготовки суфийского послушника. Таким образом, зикр может быть коллективным и индивидуальным, громким и тихим, молчаливым. Он может совершаться в одиночестве или на общих собраниях суфийской общины (меджлис-аз-зикр). Причѐм меджлис аз-зикр сопровождается особыми ритуальными действиями, движениями, принятием определѐнных поз и в отдельных случаях экстатическими танцами.

При коллективном зикре участниками практикуются контроль над дыханием и определѐнные позы. Поминание начинается с зачина – хидба или вирда – произнесения коранических айатов или молитв. Их текст идет от основателя братства. Каждый суфийский орден регламентирует слова, жесты и движения, частоту повторений формул. Контроль над движением – это важнейший элемент суфийского ритуала.

Совершению как коллективного, так и индивидуального зикра должна предшествовать определѐнная подготовка. Подвижники должны отречься от мира и встать на путь аскезы. А предшествует этому «искреннее намерение» (ниййа).

В индивидуальном зикре адепт постоянно удерживает в своем сознании образ своего шейха, он полностью забывает об окружающем мире. Во время него немаловажное значение имеет поза суфия и положение его рук, ему надлежало сидеть, скрестив ноги, на молитвенном коврике.

Поминание и словом, и сердцем должно быть наполнено любовью к Богу. Поминание в его изначальных (а не поздних, весьма усложнѐнных) формах разрешалось совершать в любом месте и в любое время. Поминать Бога в Его мире дозволительно всюду и всегда.

Большинство суфийских авторитетов, начиная от ал-Калабази до ал-Газали, различают три стадии поминания, реже встречается деление на четыре. Первая стадия называется «зикр языка», ему предшествует «намерение сердца». Лучшим занятием для послушника является произнесение божественных формул. Он строго выполняет предписанные наставником правила поминания. Задача ученика состоит в том, чтобы «вселить Того, Кого он поминает (т.е. Бога), в своѐ сердце. Однако на этой стадии всѐ ещѐ можно различить три ключевые составляющие зикра: самого «поминающего» (закир), «поминание» (зикр) и «Поминаемого» (мазкур), т.е. Бога [4, с. 371].

Вторая стадия поминания – «зикр сердца», когда зикр перемещается в сердце суфия. Данная стадия также состоит из двух этапов. Вначале мюрид прилагает силу воли, заставляя сердце «произносить» формулу поминания. При этом в груди может возникнуть физическая боль. Но со временем исчезают усилия, это происходит естественно, непринужденно, и формула становится неотъемлемой частью биения его сердца. Каждая частичка тела суфия превращается в сердце, поминающее Бога. Сердце полностью охвачено поминанием. Окружающий мир для суфия перестает существовать.

Наивысшей стадией зикра является сирр – «поминание сердечной тайны». Сердце есть вместилище Божественного знания, «исполнитель» богопоминания. На этой заключительной стадии поминающий осознает таухид – Божественную единственность и неразделимость человеческого и Божественного начал. Мистик устанавливает духовную связь с божественным миром. Зикр становится сутью, неотъемлемой частью мистика, его естеством. Все элементы зикра – «поминающий», «поминание» и «Поминаемый» исчезают, сливаясь в единое целое. Индивидуальное «Я» мистика полностью растворяется в божественной реальности, исчезает ощущение множественности мира, и постигается Истина.

«Зикр основан на взаимодействии нейрофизиологических коррелятов сознания, подсознания и речи» [2, с. 657]. При этом сознание мистика полностью концентрируется на формуле, что однажды трансформирует его личность.

Отличительной чертой суфийской практики, средством, позволяющим пережить мистические состояния, является ритуал «сама». В суфизме ритуалом «сама» называют процесс «прослушивания» музыки во время суфийских радений, сопровождаемый определѐнными ритуальными действиями. Сам термин происходит от арабского корня с-м- с общим значением «слушать», «внимать». В широком смысле сама включает в себя не только процесс «слушания», но и «то, что слушают», например музыку. Мусульманские мистики видят в церемонии «сама» процесс понимания и усвоения Божественных истин участниками ритуала, средство для раскрытия «сокровенных тайн».

Считается, что «слушания» развились из обычая читать Коран нараспев среди большого количества людей. Известно, что они вызывали сильные эмоции, вплоть до экстаза, среди слушателей. Описываются и летальные исходы, имевшие место в процессе рецитации Корана. Кроме того, развитию практики «сама» способствовали концерты мирской музыки (тараб), декламации поэзии.

Однако если хатм (рецитация Корана) поощряется исламом и даже возводится в ранг духовно-религиозной практики, пользуясь преимущественным правом, то правомерность ритуала «сама» ставилась под сомнение.

С одной стороны, музыка не нашла должного применения в исламе, традиционалисты запрещали любые движения, совершаемые под музыку или просто ритмизированные. Другие видели в ритуале «сама» возможность для выражения религиозных чувств правоверных, поскольку именно музыкальные радения некоторых братств привлекали к ним широкие массы. Верующие, искавшие в богослужении эмоциональность, которой им недоставало в ритуальных молитвах, обретали еѐ, слушая музыку или участвуя в общих танцах. С другой стороны, известно, что звук и ритм обладают психоделическими свойствами, т.е. воздействуют на сознание человека, погружая его в трансовые или экстатические состояния. Мистики разных традиций прибегали к музыке, уловив огромное влияние определѐнных сочетаний звуков и ритма на тело и эмоции человека. Известный суфий, музыкант и композитор Инайат Хан отмечает эзотерический аспект звука. В книге «Мистицизм звука» мистик пишет: «…существует сокровенная тайна звука и слова, поскольку произнесѐнное слово равнозначно содеянному действию и имеет такие же последствия, какие может принести добрый или злой поступок» [3]. Согласно Аликберову, одним из первых (по-видимому, имеется в виду из мусульманских мистиков) силу музыкального воздействия на ускорение вхождения в транс осознал шейх Абу Саид ал-Майхани. «Органическая жизнь основана на разнообразных биологических ритмах и циклах (кровообращения, дыхания, изменения температуры, сна, бодрствования и др.), поэтому музыкальный ритм, гармонизируя, способен активизировать их либо, диссонируя, ослаблять» [2, с. 666]. Определѐнное сочетание ритмов, тональностей и ударений действует уже на подсознательном уровне.

С критикой «слушаний» выступили многие мусульманские ученые, в частности Ибн Аби-д-Дунйа (ум. в 281/894 г.), автор популярного сочинения «Порицание увеселений» (Замм ал-малахи), в котором, в частности, утверждалось, что музыка и пение противоречат учению Пророка и его сподвижников.

В ответ на критику ритуала «сама» суфийские наставники постоянно пытались ввести особые предписания и правила приличия, которым были обязаны следовать участники радений. Были выделены три вида: «сама низменной души», «сама сердца» и «сама духа». «Сама низменной души» считался самым неприемлемым и богохульным, ибо от слушания музыки или вращения вокруг своей оси начинающие могли испытать всего лишь чувственное, но не духовное наслаждение, что, безусловно, причиняло вред участникам. Абу Хафс Сухраварди писал: «Музыка не вызывает в сердце ничего такого, чего там нет изначально, поэтому того, чьѐ внутреннее –Я" привержено не Богу, а чему-то иному, музыка влечѐт к чувственному желанию, а того, кто внутренне привержен Богу, слушание музыки побуждает исполнять Его волю» [Цит. по: 9, с. 147].

Два других вида – «сама сердца» и «сама духа» были признаны «законными», однако при условии, что в них участвуют лишь опытные шейхи и их ближайшие ученики. Но и они должны помнить всегда о том, что «слушание» есть лишь средство достижения духовной чистоты, умиротворения и близости к Божественному Возлюбленному, а не самоцель. Для суфиев главный критерий дозволенности ритуала «сама» – это превалирование любви к Богу в сердце мистика над всем мирским. Иначе «сама» могла принести участникам вред. Экстаз, удовольствие, переживаемые в процессе «сама», не должны были стать самоцелью и отвлечь внимание мистика от главного – мистического состояния, приближающего к Богу.

Во многих тарикатах музыка была полностью запрещена, однако разрешалось распевать тексты молитв, завещанных своим последователям основателями братств. В некоторых братствах во время радений декламировалась романтическая и любовная поэзия, и шейхи всегда разъясняли, что понимать еѐ нужно метафорически, т.е. в объекте любовных переживаний поэта следовало видеть не конкретного человека, а либо Бога, либо Пророка.

В ритуале «сама» появляется возможность достижения более высоких духовных состояний и форм мистического сознания. В состоянии экстатического транса (ал-ваджд) мистик проникает в смысл божественного откровения, ему открывается возможность прямого общения с Богом. В результате ритуала «сама» и

мистических бдений либо в результате экстатического транса (ал-ваджд) мистик испытывает внезапное озарение, трактуемое как божественное откровение. Толчком для озарений служит осознание смысла аллегории или намѐка текста «слушания». Это могут быть айаты Корана, мистические стихи, прекрасный голос или слово, даже случайно брошенная фраза прохожего – все, что вызывало духовный подъем. В результате непроизвольных движений и танцев, под воздействием ритмичных звуков возникала эйфория, переходящая в экстаз. Отключались сознание и болевая чувствительность. Эффект усиливался и дополнительными факторами: вспышками света, резкими звуками, плавными мелодиями.

Участники ритуала «сама» демонстрируют различную степень вовлеченности в процесс, что определялось степенью их духовной подготовки. Часть суфиев вслушивалась в смысл текста, другие наслаждались мелодичностью, звучанием инструмента. А сердца самых продвинутых слушателей наполнялись божественной любовью.

Итак, в суфийской мистической традиции сложилась своя оригинальная система методов, позволяющих воздействовать на психику человека, кардинально перестроить его психические структуры. Смысл всех мистических приѐмов состоит в подавлении индивидуального сознания. По сути, мистическая практика направлена на разрушение когнитивных и эмотивных структур психики. Радикально перестраиваются исходные психические структуры индивида (сенсорное восприятие, представления, мышление, эмоции, память и т.д.), обеспечивая переход на новый психический уровень отражения. Существенно меняются когнитивные, эмоциональные и поведенческие процессы, качественно меняются мировосприятие, мироотношение человека, его мышление, стиль поведения, образ действий.

В результате воздействия психотехнических приемов сознание человека становилось спокойным и уравновешенным, снималось психическое напряжение, повышалась общая психическая и соматическая приспособляемость человека. Вместе с тем они повышали и продуктивность экстериоризованной деятельности человека, что способствовало их распространению и далеко за пределами суфийской психокультуры.

Известно, что левое полушарие мозга выполняет логические операции, отвечает за переработку вербальной информации и в обычном бодрствующем состоянии доминирует в психической деятельности человека. А правое полушарие воспринимает действительность, основываясь на интуиции. Согласно нейрофизиологическим исследованиям, в процессе психотехники в психической деятельности человека доминирующая роль переходит от левого полушария головного мозга к правому полушарию. В традиции западной цивилизации понятийное мышление выполняет ведущую роль, в мистических же традициях, в том числе в суфийской, ведущей психической функцией становится интуиция. Именно интуитивный путь позволяет войти в сверхчувственный мир. Сверхчувственная реальность, находящаяся за пределами человеческого сознания, доступна лишь подсознанию, действующему на интуитивном уровне. Под воздействием различных приѐмов психотренинга скрытые механизмы подсознательной сферы психики активизируются, при этом высвобождаются мощные внутренние резервы психики.

Таким образом, целью суфийской мистической практики является подавление дискурсивно-логического мышления и развитие интуитивного отражения действительности. Психотехнические методы, используемые в суфийской практике, по сути, активизируют подсознательную сферу психики и развивают интуитивное восприятие мира. Просветлѐнное сознание, освобождаясь от логических структур, полностью переходит на интуитивный способ отражения мира.

Список литературы

1. **Абу Хамид ал-Газали ат-Туси**. Кимийа-йи са'адат (Эликсир счастья). СПб.: Петербургское востоковедение, 2002. Часть 1. 384 с.
2. **Аликберов А. К.** Эпоха классического ислама: Абу Бакр ад-Дарбанди и суфийская энциклопедия «Райхан ал-хака'ик» (XI-XII). М.: Восточная литература, 2003. 854 с.
3. **Инайат Хан**. Мистицизм звука: сборник. М.: Сфера, 2002. 341 с.
4. **Кныш А. Д.** Мусульманский мистицизм: краткая история. СПб.: ДИЛЯ, 2004. 464 с.
5. **Коран** / пер. и ком. И. Ю. Крачковского; под ред. В. И. Беляева. М.: Наука, 1986. 727 с.
6. **Нурбахш Д.** Таверна среди руин. Семь эссе о суфизме. М.: Прогресс, 1997. 136 с.
7. **Тримингэм Д. С.** Суфийские ордены в исламе. М.: Наука, 1989. 326 с.
8. **Хисматулин А. А.** Суфизм. СПб.: Петербургское востоковедение, 1999. 272 с.
9. **Шиммель Аннемари.** Мир исламского мистицизма. М., 2000. 414 с.

TRUTH COMPREHENSION METHODS IN SUFISM

Murtuzova Zaira Magomedovna, Ph. D. in Philosophy, Associate Professor
Daghestan State Technical University
nirvana1509@mail.ru

In the article the Sufi mystical practice main methods are analyzed, by which means the Muslim mystics reach mystical, i.e. changed states of psyche interpreted as the spiritual experience of identity with Superior Truth, God. The author also considers their influence on the psycho-physiological and spiritual state of individuals, paying special attention to the personality's discursive-logical thinking suppression and transition to the intuitive way of the world reflection.

Key words and phrases: Sufism; mystical practice; mystical state; dhikr; meditation.