

**Людмила ТЕЛИЖЕНКО**

**МИСТИЧЕСКИЙ ОПЫТ  
ИСИХАЗМА КАК ОПЫТ  
ЦЕЛОСТНОГО СОСТОЯНИЯ  
СОЗНАНИЯ**

*Статья посвящена рассмотрению антропологических закономерностей формирования целостного состояния сознания человека как мистического в контексте духовной практики исихазма. Выявляются особенности практики относительно представления о сознании, его развития и связи с духовностью.*



Как известно, важнейшей задачей образования является развитие и формирование сознания молодого поколения. Однако, вопрос о том, что такое сознание и как происходит его формирование, составляет, пожалуй, самую важную и самую сложную проблему в современной философии, поскольку сознание до сих пор остается некой парадоксальностью, тем, что присуще человеку как само собою разумеющееся, но одновременно загадочно и непостижимо. В свое время М. Мамардашвили определил сознание как "весьма странное явление, которое есть и которое в то же время нельзя ухватить, представить как вещь", то, о чем "в принципе нельзя построить теорию" [7, 3]. Суть данной проблемы он видел в том, что "есть, очевидно, еще некая другая реальность, существующая вне эмпирической реальности культуры", которая нами воспринимается "при закрытых окнах", "поверх и помимо любых культурных реалий", через открытие в себе "истинного измерения", "где ты един с ирокезом, индусом и т. д." [7, 11]. Следовательно, философская проблема сознания, по мнению М. Мамардашвили, заключается в том, чтобы попытаться осмыслить сущность человека в его постоянной связи с "другой родиной", духовной. Иными словами, попытаться понять то, что всегда было предметом внимания всех религиозных учений, теорий и мистических практик, прежде всего христианства, где сознание и дух — взаимосвязанные понятия. А это предполагает философское обращение к мистико-религиозным текстам с тем, чтобы при помощи "участного мышления современного

**Людмила Телиженко.** Мистический опыт исихазма как опыт целостного состояния сознания

познающего разума" (С. Хоружий) по-новому осмыслить описываемую ими антропологическую модель, в которой одновременно присутствуют две стороны, два фактора: человек и Мир.

Соглашаясь с позицией М. Мамардашвили, близкой по своим настроениям к русской религиозной философии и всей линии восточно-христианской традиции, целью данной работы является философское осмысление антропологических закономерностей целенаправленного процесса формирования мистического состояния сознания практикующего субъекта на примере духовной практики исихазма, которая в силу ряда особенностей значительно выделяется среди других мистических практик и школ и представляет несомненную ценность для научного понимания сущности сознания и самого человека.

Одной из важнейших особенностей исихастской практики является то, что она последовательно, на протяжении почти двух тысяч лет, развивала мистические идеи христианства как мировой религии и стала непосредственным практическим воплощением наивысшей мистической идеи — идеи обожения человека, понимаемой в христианской антропологии как восстановление утраченного с грехопадением собственного внутреннего единства человека и его единства с Богом как Целым, что, по учению св. Григория Паламы, означало соединение абсолютно всех энергий человека с энергиями Духа Святого как подобного с подобным. То есть, именно исихазм стал школой практической христианской антропологии, действующей среди разных этносов и на многих континентах.

Однако исихазм — это не только практическая школа или практика, но и коллективная традиция, объединяющая индивидуальный внутренний опыт многих поколений христиан. Возникнув в III-IV вв. в Египте, Палестине и Малой Азии, она продолжает существовать до сегодняшнего дня во всех монастырях Восточной церкви, в том числе и в Украине. А ее духовным центром продолжает оставаться Афон.

Примечательным в отношении данной практики является и то, что, будучи практикой мистической, предполагающей постоянное взаимодействие с божественными энергиями и процессом восхождения к вершине, находящейся не в эмпирическом бытии, связанном с физической природой человека, а в трансцендентном мире, ее объектом является все же сам человек, добровольно выполняющий собственную трансформацию. Поэтому исихазм — это "практика самого себя", в которой путь к Богу лежит исключительно через самоизменение и самопознание практикующего субъекта.

Но, пожалуй, самой важной особенностью практики в контексте данной проблемы является то, что антропологический смысл восхождения к вершине, конституируемой мистическим опытом, заключается в развитии сознания человека и достижении на высших ступенях особого, целостного состояния сознания, для которого характерно при сохранении понимания ситуации "здесь-и-сейчас" восприятие действительности

без дробления сути вещей на части, когда исчезает грань между внешним и внутренним, чувством и мыслью, пространством и временем. В этом, прежде всего, заключается ее принципиальное отличие от других мистических практик и школ (шаманской, зикр, трансперсональных опытов С. Грофа), предполагающих "отсечение сознания". Мыслительная деятельность человека, с которой обычно соотносится сознание, ими не только не актуализируется, но и понимается как то, что мешает "соединению" с духом или духами как вершиной практики. Психофизические процессы ими же напротив приводятся в степень высокой активности. В отличие от вышеназванных практик для православной аскезы также никогда не было приемлемым искусственное "форсирование" мистического состояния сознания и использование с этой целью наркотических средств, которые приостанавливают человеческую способность активно воспринимать окружающий мир и выделять единицы смысла. Состояние сознания таких практик в ряде научных подходов определяется как патологическое (К.-Г. Юнг), парализованное, менее-чем-человеческое (Е. Кохак), сдвинутое или шизофреническое (С. Хоружий), а их опыт расценивается как неэволюционный, поскольку способен в итоге вести человека и целое общество, идущее по этому пути, к катастрофе [12, 454; 8, 21].

Не менее важной особенностью исихастской практики в отношении сознания является и то, что, в отличие от других мистических практик с вхождением в сферу опыта и появлением иных мерностей, в практикующем субъекте сохраняется способность самоосознавать себя как "Я" в конкретной ситуации с физическими причинами. "Тот, кто причащен Божественной энергии, — утверждал св. Григорий Палама, — ...видит абсолютно сознательно все то, что остается скрытым для лишенных этого благодатного опыта" [6, 102].

Примечательным является и то, что все крупнейшие мистики-богословы, чьи труды составляют корпус мистического богословия, несколько отличительного от академического, пишут о сознательном контроле своего пребывания в сфере опыта и сознательном его прекращении, "чтобы не превознестись" или "дабы не превысить меру человеческую" (Симеон Новый Богослов). Поэтому мистическое состояние сознания в исихазме не является ни трансом, ни медитацией, ни экстазом. И хотя описание последнего имеет место в христианстве, например, Симеон Новый Богослов как величайший из Столпов христианства, человек, который многократно переживал это состояние, утверждал, что экстаз свойственный или новоначальным или неопытным [4, 402].

Следовательно, "Путь к Богу" в рамках данной практики становится путем борьбы за собственное знание. А своеобразным кредо практики — слова того же Симеона Нового Богослова: "...я всех учу в сознании и сознательно искать свыше восприятия Святого Духа" [4, 439].

Чем же тогда является сознание в представлении исихастской традиции и как происходит его развитие? В отличие от традиционного научно-

**Людмила Телиженко.** Мистический опыт исихазма как опыт целостного состояния сознания

го представления о сознании как высшей функции головного мозга, проявляющейся в рассудочно-мыслительной деятельности человека, в традиции сознание не связывается с каким-то конкретным органом или частью человека. Сознание скорее представляется некой данностью всего человека как материально-духовной или материально-энергетической целостности. Однако следует уточнить, что значит "всего" человека как "целостности".

Как известно, традиция исходит из представления о двойственной природе человека и мира, понимая под этим проявленную и непроявленную, смертную и бессмертную стороны существования мира и человека. Такими являются тело и рожденная вместе с телом душа человека или тело и претворенная Духом душа, которая сама становится духом. Но поскольку дух изначально составной частью человека не является, а лишь приобретается душой как дар Духа Святого, то мистики-богословы были едины в том, что двойственность природы человека заключается в наличии тела и души. Так, например, у св. Григория Паламы читаем: "Мы не даем название "человек" отдельно душе или телу, но тому и другому одновременно...Тело и дух в действительности не что иное, как два аспекта человека; ...наша конечная цель — не только интеллектуальное созерцание Бога, но и воскресение целостного человека, души и тела" [6, 105]. Душа, в свою очередь, как невидимая часть человека в традиции представлялась состоящей из мысли и чувства как двух структурных элементов, постоянно взаимодействующих между собой и одновременно с телом человека, в котором они как энергии "оживают". Поэтому сознание человека традиция связывала одновременно с душой и телом человека как целым, а состояние сознания — с характером взаимодействия того и другого, с внутренней согласованностью и соразмерностью мысли, чувства и тела человека как трех основных структурных элементов, оформляющихся в антропологических энергиях определенного смысла, всегда имманентных энергиям трансцендентным. Если же следовать выводам св. Григория Паламы о познавательном процессе, то сознание является тем, что появляется в человеке в результате, как он говорит, "прямого" и "кругового" движения, то есть движения ума и чувства, вызванного восприятием внешнего мира, и синергического (совместного) движения энергий человека и мира иного [1, 341].

Такому представлению о сознании человека в традиции соответствуют и основные ступени практики, выстраивающиеся, с учетом ее высшей цели, в двух структурных уровнях: антропологическом, соответствующем доопытному состоянию сознания, и мета-антропологическом, соответствующем состоянию сознания на момент опыта. В отношении доопытного состояния сознания особо следует отметить, что непосредственное занятие молитвенным или "умным деланием" и дальнейшее продвижение ступенями практики предполагало в "подвизавшемся" наличие уже достаточно высокого уровня сознания, которое, по Феофану Затворнику, соответ-

ствовало "духовно-душевной стороне и степени жизни человека". [3, 41]. Основными признаками такого сознания, во-первых, было представление о Боге как абсолютной, высшей, непреходящей, смыслоопределяющей ценности, о Боге как Творце Вселенной и всего сущего, который через это сущее и проявляется; во-вторых, — понимание необходимости соединения с Богом как смысла и одновременно высшей цели жизни человека, делегирующей ему жизнь вечную; в-третьих, — приведение себя в состояние, называемое покаянием, при котором ранее созданные человеком мыслеформы и образы, не соответствующие высшим ценностям и цели, должны быть внутренне отторгнутыми. То есть, в состоянии покаяния предполагалось "разрушение" неких смысловых структур как "грех", не соответствующих заданной цели-смыслу. Примечательно, что в древнееврейском языке слово "грех" и означало "непопадание в цель", "осечка", "промашка", а слово "покаяние" означало "исправление" [5, 169].

Развитие сознания уже непосредственно в самой практике, которое протекало в режиме "трезвения", начиналось с изменения характера мыслительной деятельности человека. Суть этого изменения заключалась в том, чтобы отказаться от обычного режима работы мысли, когда одно размышление свободно заменяется другим, поскольку, как подчеркивают мистики-исихасты, "суетливость ума", "рассеянность ума", "непостоянство ума" вызывает внутреннюю несогласованность, нецелостность, хаотизированность.

В соответствии с Писанием, человек разрушил первоначальную гармонию в самом себе и одновременно гармонию в своих отношениях с Богом как Целым, осуществив акт разумного существа. При этом именно мышление стало источником разрушения всякой гармонии. "Ум, — читаем у св. Григория Синайского, — удалившись от Бога, стал везде блуждать, как пленный" [9, 12]. Поэтому первая задача относительно "трезвения" сознания как его развития в исихазме заключалась в том, чтобы устранить отвлечения, рассеянность, "упостоянив" ум и достигнув с его помощью внутренней согласованности. У св. Григория Паламы эта задача прозвучала следующим образом: "Блуждающий снаружи по предметам чувственного мира ум вернуть в средину своего тела, а оттуда направить его к Богу" [1, 221].

Практическим же способом "упостоянивания" мысли было так называемое "умное делание", то есть непрерывное повторение Иисусовой молитвы, состоящей буквально из нескольких слов: "Господи, Иисусе Христе, Сыне Божий, помилуй мя". Достижение же "исихии", то есть внутренней тишины и "безмолвия ума", когда активная мыслительная деятельность человека приостанавливалась, было возможным только на высших ступенях практики, с входждением в сферу опыта.

Следующий этап развития или "трезвения" сознания человека связывался с образованием так называемой "разумной души" или "разумного ума", что качественно было одним и тем же. В частности, св. Григорий Палама о "разумной душе" писал как о результате "собираения воедино" ис-

**Людмила Телиженко.** Мистический опыт исихазма как опыт целостного состояния сознания

ключительно мысли о Боге и чувства любви к Нему, поскольку во время молитвы "происходит напряжение ума, а все душевные энергии устремляются на соединение с ним" [1, 419]. Появление "разумной души" как особого рода синтез одной мысли и одного чувства предполагало трансформацию и появление новых качеств того и другого. Для православной аскезы в этом заключалось преображение "невидимой" части природы человека, скрывающей в себе потенциальные его возможности или энергии.

Однако появление "разумной души" как трансформации невидимой части человека еще не означало достижения опытной сферы. Вершина практики, по выражению С. Н. Булгакова, — это "апофеоз тела", поскольку мистическое состояние сознания достигалось лишь с достижением определенного режима работы сердца человека как полифункционального органа. [2, 170]. Согласно традиции, только в теле и при участии тела человек мог обожиться, достигнув энергийного "подобия". Палама писал: "...тело обоживается вместе с душою... приобщается к умному действию благодати, перестраивается в согласии с ней" [10, 93, 99]. Более того, именно тело, объединяющее в себе материальное и нематериальное, в результате его особого воспитания, но не "умертвления", должно было "родить лучшие энергии" (Святогорский томос) как цель практики.

Обосновывая психосоматический метод Иисусовой молитвы, Григорий Палама исходил из того, что тело в своей сущности не есть злым началом, а "храмом обитающего в нем Духа". Поэтому не только можно, но и необходимо пользоваться им как первым средством в молитвенном деле для достижения "лучших энергий". "Тело есть и может быть помощником... в молитве, то есть в действиях, казалось бы, чисто духовных... Надо только уметь воспользоваться телом и притянуть его к соучастию в молитве" [1, 53].

При этом особая роль при "работе с телом" человека отводилась именно сердцу. Как заметил Киприан (Керн), сердце человека прежде всего является физическим органом, вызывающим "грубые вибрации" тела. "Оно может быть средоточием как страстей, угрызений, дурных побуждений, так и проводником всех влияний Святого Духа" [1, 79]. Энергийное соединение "разумной души", а точнее чувств, лишенных всякого эгоизма и всецело направленных к Богу, с сердцем в мистической практике становилось своеобразным замыканием некоего круга в человеке, очерчиваемого высшей целью, достижением единства в нем всех уровней антропоструктуры, в том числе и физического. С возникновением такой целостности и нового качества как единства энергий мысли, чувства и тела происходило обожение человека.

На образование целостности как особого синтеза всех уровней антропоструктуры, связанных как с материально выраженным физическим телом, так и материально непроявленными энергиями души и мысли человека, в духовной практике указывало явное смешение понятий, относящихся к наименованию возникаемого в итоге неоптического света в человеке и вне его. Как данность процесса образования антропологиче-

ской целостности, внутренний свет назывался безразличительно одним из понятий: "свет ума", "свет души", "свет сердца". Именно появление такого света связывалось с появлением света трансцендентного. Подобная параллель смещений в традиции относится и к органу мистического видения. В качестве такого "зрительного" органа Евагрий Понтийский и Григорий Палама называют "очи ума", "очи сердца" или "очи души". Этот же "нематериальный", "простой и безвидный, совершенно несложный, бестелесный, неделимый" свет Симеон Новый Богослов видит не физическими глазами, а "умными очами сердца", "очами души", "разумными очами души" (Гимн 13). Как и у других авторов, у Симеона Нового Богослова такое соединение образует соединение иное, с Божественными энергиями или светом, по поводу чего он пишет, что Непрístupный становится доступным для его умных очей (Гимн 38, 84). Немаловажно и то, что возникшее соединение преобразует не только разум, душу или сердце человека, но и все его естество, в том числе и тело. Преобразование последнего было особенно важно в традиции, так как оно означало святость, "пребывание" Бога в их собственном теле, нетленность последнего, ставшего "одушевленным храмом Бога" [11, 203-204].

Из этого следует, что в исихастской практике мистическое состояние сознания непосредственно связано со становлением антропологической целостности, под которой следует понимать не материальную неделимость человека, а абсолютную согласованность и единство всех видов действий человека, внутренних и внешних, мыслительных, эмоционально-чувствительных, физических. Момент достижения вершины гармоничной, целостной архитектуры антропологических процессов является одновременным с моментом появления в практикующем субъекте состояния сознания, в котором происходит вхождение в сферу опыта и изменение познавательных возможностей как возрастающих. Становление такого состояния сознания, которое можно определить как подлинно целостное состояние сознания, также взаимосвязано с появлением особых энергетических качеств человека как духовных, соотносимых в практике с энергиями Духа Святого, претворяющими потенциальное (характеризующееся целеполаганием и смыслоопределением) в актуальное. Последнее позволяет также сделать вывод о том, что мистическое состояние сознания является одновременно состоянием духовным, при котором возникшие антропологические энергии определенного смысла оказываются имманентными энергиям трансцендентным.

### **Литература:**

1. Архимандрит Киприан (Керн). Антропология св. Григория Паламы. — М.: Паломник, 1996. — 449 с.
2. Булгаков С. Н. Свет невечерний: Созерцания и умозрения. — М., 1994. — С. 170-171.

**Людмила Телиженко. Мистический опыт исихазма как опыт целостного состояния сознания**

3. Епископ Феофан. Что есть духовная жизнь и как на нее настроиться. — Л.: Соборный разум, Ленинградское отд. об-ва "Знание", 1991. — 288 с.
4. Иеромонах Иларион (Алфеев). Преподобный Симеон Новый Богослов и Православное Предание. — М.: Крутицкое Патриаршее Подворье, 1998. — 675 с.
5. Кандалинцев В. И. Параллели христианства и буддизма // Вопросы философии. - 2001. - № 3. - С. 168-179.
6. Лосский В. Н. Богословие и Боговидение. — М.: Изд-во Свято-Владимирского Братства, 2000. — 631 с.
7. Мамардашвили М. К. Сознание как философская проблема // Вопросы философии. - 1990. - № 10. - С. 3-18.
8. Немировский М. Н. Мистическая практика как способ познания. — М.: Изд-во МГУ, 1993. - 116 с.
9. Преподобный Григорий Синайский. Творения. — М.: Паломник, 1999. — 158 с.
10. Св. Григорий Палама. Триады в защиту священнобезмолвствующих. — М.: Паломник, 1995. — 461 с.
11. Св. Иоанн Дамаскин. Точное изложение православной веры. — М.: Лодья, 1998. - 464 с.
12. Энциклопедический словарь / Издатели Ф. А. Брокгауз, И. А. Ефрон. — СПб.: Типо-Литография И. А. Ефрона, 1896. — Т. 19. — 476 с.

***Людмила Теліженко. Містичний досвід ісихазму як досвід цілісного стану свідомості***

Стаття присвячена розгляду антропологічних закономірностей формування цілісного стану свідомості людини як містичного в контексті духовної практики ісихазму. Виявляються особливості практики щодо уявлення про свідомість, її розвиток і зв'язок із духовністю.

***Lyudmyla Telizhenko. Mystic Experience of Isihasm as an Experience of Whole State of Consciousness***

Anthropological regularities of formation of a whole state of human consciousness as a mystic one in the context of spiritual practice of isihasm are considered in the article. Specific features of the practice in relation to the concepts of consciousness, its development and connection with the spirituality are studied.