



**КОММЕНТАРИИ К ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОНЦЕПЦИИ  
РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ И ДУХОВНОСТИ  
В УЧЕНИИ СУФИЕВ**

*COMMENTS TO THE PSYCHOLOGICAL CONCEPT OF DEVELOPMENT  
OF THE PERSON AND OF THE SPIRITUALITY IN THE TEACHINGS  
OF THE SUFIS*

Суннатова Рано Иззатовна  
Доктор психологических наук,  
профессор филиала МГУ им. М.В. Ломоносова в г. Ташкенте  
Узбекистан, г. Ташкент 700115, м-в Чиланзар, квартал 1, д. 33, кв. 7

sunrano@mail.ru  
+ 998903564459

*Fecha de recepción: 18 de diciembre de 2012*  
*Fecha de admisión: 15 de marzo de 2013*

**РЕЗЮМЕ**

В статье коротко представлены основные положения суфийской системы и взглядов суфиев на природу психических процессов, позволяющие осознать их ценность для психологической науки в целом и практики психологического сопровождения развития и формирования духовности современного человека.

**Ключевые слова:** учение суфиев; путь к совершенству; духовная сфера; эмоциональные переживания; духовная эволюция человека

**ABSTRACT**

In this article briefly presented the main propositions of the Sufi system and views of the Sufis on the nature of mental processes, allowing to realize their value for psychological science in General and practice of psychological support of the development and the formation of spirituality of the modern person.

**Keywords:** Descriptive information: the teachings of the Sufis; the way to perfection; the spiritual sphere; the emotional feelings; the spiritual evolution of human.

COMMENTS TO THE PSYCHOLOGICAL CONCEPT OF DEVELOPMENT  
OF THE PERSON AND OF THE SPIRITUALITY IN THE TEACHINGS OF THE SUFIS

Основы учения суфиев заложены в 9 веке египтянином Зу-н-Нуном аль-Мисри и багдадцем Абу Абдаллахом аль-Мухасибом, создателем теории самонаблюдения над соотношением поступков человека и его сокровенных намерений с целью установления высшей искренности перед Богом. В 10-11 веках суфийское учение о тарикате (пути развития) приобретает законченную форму, появляются положения о «стоянках» на мистическом пути, о тройной градации истинного знания, завершающейся слиянием познающего и познаваемого (Торчинов, 2005, с. 664). В настоящее время как многими исследователями внесены существенные правки в понимание основных положений суфийской концепции развития личности, так и сами категории суфийского учения получили свое развитие (в суфийских Орденах) и новое понимание в свете достижений современных наук о человеке.

Суфизм (от араб. *ат-тасаввуф*) – слово, не поддающееся однозначной интерпретации. Суфийские авторы обычно возводят его к корню СФВ – «быть чистым, непорочным» или к выражению *ахл ас-суф-фа* (люди скамьи или навеса), обозначавшему наиболее преданных и благочестивых последователей пророка Мухаммада из числа малоимущих. В Европе до сравнительно недавнего времени слова «суфизм», «суфий» производили от греческого *sophia* – «мудрость». В настоящее время среди исламоведов господствует точка зрения, согласно которой *ат-тасаввуф* происходит от арабского «суф» – «шерсть», так как власяница, грубое шерстяное одеяние было обычным атрибутом аскета-отшельника (Торчинов, 2005, с. 507).

Сам по себе суфизм – это путь к совершенству, поиск Истины, каждый этап которого представляет собой определенную стадию развития психики. Основная особенность суфийского знания заключается в том, что описание психических процессов наполнено мистицизмом. Мистицизм же стоит понимать как единство человека и природы (Бога), стремление к воссоединению с природой (Истиной, Вселенной, Богом). Потому наиболее распространенным и принятым является определение сути учения суфизма как развитие человека в форме психологической и духовной эволюции.

Обозначим вкратце ценность положений суфизма для современной психологии:

1. Суфизм – путь к совершенству, обретению внутренней гармонии посредством любви, преданности и воспитания в себе самодисциплины и преобразования своих отрицательных качеств в положительные. Суфизм предполагает тщательную работу над собой с целью саморазвития, укрепления психики, поддержания психического здоровья и развитие умения регулировать и правильно направлять человеческую энергию, что также является важным фактором поддержания здоровья и благополучия. Здесь отчетливо наблюдается воспитание в себе высоких морально-нравственных качеств, что характерно для большинства восточных учений.

Ал-Халладж (Абу-л-Мугис ал-Хусайн б. Мансур, около 858-922 гг.) – один из наиболее известных суфиев. Халладж, как и другие суфии, считал целью суфийского делания соединение с Богом, причем понимал, что это соединение весьма радикально. Он выделял три этапа в суфийском пути: этап раскаяния и воздержания (подготовительный), этап очищения души от человеческих атрибутов и качеств (очистительный) и этап полного растворения в Абсолюте (Боге), предполагавшие совершенное отождествление с ним через утрату индивидуального «я». Согласно мнению некоторых ученых (Е. Торчинов, Л. Массиньон), Халладж не имел в виду субстанциального отождествления с Богом, а учил об «обожении» на манер византийских мистиков: единение с Богом происходит в акте мистической любви, когда Бог как бы созерцает, или свидетельствует самого себя в сердце мистика. Личность в результате этого не уничтожается, а преображается, становясь как бы земной ипостасью Бога, его выражением в материальном мире (Торчинов, 2005).

Не менее известный великий персидский суфий Ал-Бистами (Абу Йазид Тайфур б.



## PSICOLOGÍA POSITIVA: DESARROLLO Y EDUCACIÓN

Иса, умер в 875 г.) использует такие понятия, как «фана-бака» (сами эти понятия существовали и до него), описывающие процесс отождествления или даже растворения в Божественном. Фана – это уничтожение личности в Боге, ее полное растворение в Абсолюте; Бака – положительный аспект этого состояния: пребывание в состоянии созерцания Бога, приобретение божественных качеств. Другими словами, как пишет Е. Торчинов, происходит своеобразный обмен между Богом и человеком – личность человека уничтожается в Боге, а Бог как бы являет себя в личности (личность становится Богом, а Бог – личностью). Ал-Бистами выразил это состояние фразой: «Я есть Ты, и Ты есть я». Более того, Е.А. Торчинов считает, что понятия «фана и бака» – не умозрительные понятия, а результат рационализации и описания религиозного (психотехнического) опыта (Шафии, 2007, с. 511-512).

Цель суфия – не переживание «фана» как уничтожение своей индивидуальности. Цель – это вновь вернуть утраченные качества, но уже преображенными, одухотворенными, и затем обновленной личностью вернуться в мир для его просвещения и усовершенствования. Это и есть «трезвость» как антитеза «опьянению» божественным всеединством (Шафии, 2007, с. 512). Так описывал цель пути суфия Ал-Джунайд (Абу-л-Касим ал-Джунайд б. Мухаммад ал-Каварири ал-Хаззаз ал-Багдади, умер в 910 г.).

Как видно из краткого описания сущности пути суфия, речь идет, говоря на современном языке психологической науки и используя термины К.А. Абульхановой-Славской, «о круге проблем активности личности, средств и способов ее самовыражения, саморегуляции, организации ею времени жизни. Стратегия является некоторым универсальным законом, способом самоосуществления человека в различных сферах его жизни» (Абульханова-Славская, 1991, с. 8-9).

2. Концепция Нафса – представляет особый интерес, поскольку она вскрывает и достаточно полно освещает основные причины возникновения расстройств и психологических конфликтов, что может воспрепятствовать человеку разумно использовать свои силы, энергию, полноценно и успешно функционировать в обществе.

«Нафс» – арабское слово, обозначающее дыхание, животную жизнь, душу, дух, сущность. Понятие «нафс» связано с понятием «нефеш» (душа) в иврите. Однако, по мнению Мохаммада Шафии (2007), слово «душа» обладает жесткими теологическими и метафизическими ассоциациями и не представляет всей глубины и широты понятия «нафс», а точнее, его психологического значения. Самыми близкими понятиями представляются «личность», «я» или «уровни развития личности». Базовые структуры личности и разновидности нафсов были представлены в книге Абу Али Ибн Сина (Авиценна, умер в 1037 г.) «Книга исцеления». Его исследования основывались на работах Аль-Фараби (умер в 950 г. н.э.) и на работе Аристотеля «О душе». Нафсы распознаются по энергии и функциям. Все растения, животные и люди обладают тремя общими функциями: питание, рост и размножение. Эти функции необходимы для любой формы жизни. Растительный нафс – базовый нафс, существующий во всем, что живет на Земле. Проявляется он посредством процессов питания, роста и воспроизведения, которые необходимы для всех форм жизни.

Согласно Авиценне и другим суфиям, важнейшие компоненты человеческого нафса – это интеллект и сердце. Интеллект (акл) – означает выяснение, или «связывание ног животного», здесь подразумеваются тормозящие силы разума, способные обуздать животные инстинкты и желания человека. Второе значение акл – «стояние, выпрямившись». Сердце (Дил) – высший уровень бессознательного, означает разум, душу. В обыденном сознании и даже в некоторых публицистических статьях можно встретить, что «нафс» означает нечто низшее, животное как низменное. Это довольно искаженное представление о категории нафса. Сущность нафса не является изначально заданной и неизменной, на протяжении

*COMMENTS TO THE PSYCHOLOGICAL CONCEPT OF DEVELOPMENT  
OF THE PERSON AND OF THE SPIRITUALITY IN THE TEACHINGS OF THE SUFIS*

жизнедеятельности человека предоставляется возможность развития и трансформаций нафса. Говоря о возможности, имеется в виду, что каждый человек имеет эту возможность, связанную с его выбором, как поступить, какое принять решение. Само решение человека, сам выбор поступка определяет то, что будет происходить с нафсом человека: будет ли это продолжение пути духовного развития, или определенная стоянка, на которой можно пребывать всю свою жизнь. События жизни длятся во времени, но духовная эволюция останавливается. Суть учения суфизма – развитие человека в форме психологической и духовной эволюции, и основной дефиницией является категория «нафс».

Одна из основных идей в учении суфиев заключается в ступенях развития человека, вернее, изменений и развитии духа. Развитие человека в форме духовной эволюции – это суть учения суфизма, что и может рассматриваться как еще одно ценное положение учения суфиев о духовной эволюции человека.

3. Суфии выделяют семь ступеней развития, которые Путник проходит на пути к дальнейшей интеграции и эволюции. Каждому этапу соответствует уровень развития личности. Первый этап – Раскаянье – человеческий нафс. В учении суфизма раскаянье представляет собой пробуждение и возвращение на Путь из состояния невежества и бесцельности. Ищущий начинает осознавать отсутствие удовлетворения собственной жизнью. Повседневная деятельность и материалистические устремления не заполняют внутренней пустоты и не успокаивают внутренней тревоги. Вторая ступень – воздержание (вара). В буквальном переводе слово «вара» означает кротость, осторожность, набожность, умеренность. В качестве сопровождающего нафса выступает обвиняющий нафс. Гуманистические и универсальные ценности, способность отказаться от удовольствия берут начало в обвиняющем нафсе. На более высоком уровне функциями этого нафса становится способность к самонаблюдению и самопознанию.

Стадия 3 – самоотречение и вдохновенный нафс. Процесс самоотречения напоминает снятие толстого и плотного слоя, состоящего из привычек, защитных действий и иллюзорных фантазий, с целью добраться до источника безграничной энергии бессознательного. Ступень четвертая – бедность, понимаемая не как отсутствие материальных благ, а как обретение свободы от потребностей и желаний. Психологическая глубина заключается в недетерминированности активности человека его желаниями, а в способности целеобразования и целеполагания, определяющими активностью ищущего. Стадия бедности – начало освобождения от собственного маленького «я», начало единения личности с Реальностью. Нафс, сопутствующий стадии бедности, – это надежный нафс, означающий спокойствие, принятие, довольствие.

Пятая ступень – терпение (сабр) – означает толерантность, выдержку и постоянство. С точки зрения психологии стадия терпения представляет собой активный процесс. Он переживается на когнитивном, аффективном и бессознательном уровнях и выражается в сознательном контроле. Шестая ступень – доверие к Богу. Психологическое значение – доверие представляет собой возрождение и возвращение базового доверия, которое человек испытывает в младенчестве. И седьмая ступень – удовлетворенность, рида – это арабское слово означает «удовлетворение, согласие, спокойствие». Сопутствующий нафс данной ступени – это очищенный и совершенный нафс. Суфий, достигавший этой ступени, называется «инсан-и-камиль», то есть «цельный человек», или интегрированный. Большинство суфиев считают, что каждый человек потенциально способен стать цельным человеком – осью своего существования.

Очевидно, что такое краткое изложение основных положений учения суфиев не может считаться удовлетворительным. Однако даже при этом беглом взгляде очевидно, что благополучие и удовлетворенность человека не являются привнесенными извне, как обретение



## PSICOLOGÍA POSITIVA: DESARROLLO Y EDUCACIÓN

человеком нечто лежащего вне его субъектности, его персональной реальности. Удовлетворенность в трактовке суфизма – результат внутренней работы человека над самим собой, постепенное освобождение «Я» от «сделанного» себя, путь к своей истине, к той самой «оси», стержня, который и определяет субъектность жизнедеятельности.

Психологическими механизмами, обеспечивающими прохождение «стоянок» на пути суфия и определяющими внутреннюю активность ищущего, самонаблюдения и самопознания являются самоотречение на пути нивелирования своего невежества и бесцельности жизни, в обретении способности целеобразования и целеполагания; толерантности, выдержки и постоянства. Это активные процессы, предполагающие внутреннюю работу и победу над своим психологическим невежеством. Лишь на шестой ступени духовной эволюции человеком возможно обретение базового доверия к себе, к людям и миру в целом. Наиболее важное доверие – доверие Всевышнему. В отличие от базового доверия в младенчестве, доверие зрелой личности выстраивается на осознанном принятии реальности без иллюзорных ожиданий. Свойства удовлетворенности таковы: свобода от двойственности, целостность, радость единения и свобода от ожиданий. Совершенно очевидно, что характеристики личности, достигшей седьмой ступени на пути развития духовности в концепции суфиев в достаточной степени относятся к социально зрелой личности, способной осуществлять свою жизнь в соответствии со своим решением и быть ответственным за это.

Нам совершенно не хотелось бы, чтобы создавалось впечатление «легкости прохождения» и, конечно же, изучения духовного развития личности, как в концепции суфиев, так и в понимании современной психологической науки. Процесс духовно-нравственного развития личности в современной науке и процесс духовной эволюции в концепции суфиев различны. В современной науке не принято понимать категорию души как трансформирующуюся реальность. М.Я. Басов пишет: «Понятие души, как предмет психологии, исключает возможность развития по самому своему существу. Душа есть сущность вечная, постоянная и неизменная. Эта сущность иррационального происхождения, и как таковая она абсолютно чужда развитию» (Басов, 1975, с.7). Уместно вспомнить высказывание Л.С. Выготского, в котором звучит признание великого ученого: «Не исследованы высшие психические функции адекватно своей психологической природе, по существу субъективная и объективная психология изучает элементарные процессы... Жизнь духа нуждается в понимании, а не в объяснении. Функциональный подход не приближает нас к постижению психологической природы культурного развития поведения» (Выготский, 1983, с. 14). Отдавая отчет в сложности обсуждаемой темы, мы в рамках этой статьи хотели лишь представить некоторые комментарии к пониманию духовной эволюции в суфийской концепции и представить нашу попытку изучения духовно-нравственной сферы эмпирическим путем. Нам представляется, что на современном этапе развития тестологии и психодиагностики возможно выявление той реальности, которая позволила бы осуществить анализ содержательной стороны духовно-нравственной сферы личности.

Совместно с И.Д. Абдуллаевой нами осуществлена попытка создания опросника, направленного на выявление особенностей духовно-нравственной сферы личности, которая в настоящее время уже прошла три этапа апробации. Также нами создан подростковый вариант этого опросника. В основу создания опросника легли не только воззрения суфиев, но и современные и общепринятые в психологии положения о том, что:

структурными и функциональными компонентами, осуществляющими, реализующими самодвижение развития личности и, в частности, духовно-нравственной сферы, являются: способность субъекта видеть взаимосвязи между своими действиями и значимыми для него событиями жизни и принимать за это персональную ответственность; способность личности принимать ответственность за свои решения и действовать в рам-

*COMMENTS TO THE PSYCHOLOGICAL CONCEPT OF DEVELOPMENT  
OF THE PERSON AND OF THE SPIRITUALITY IN THE TEACHINGS OF THE SUFIS*

как этических и нравственных норм с учетом интересов окружающих и себя;

осуществление этой «внутренней работы» личности базируется на сформированности способности к самопознанию, конструктивности размышлений над собственными переживаниями и способности анализировать себя и свои действия;

одной из ключевых особенностей духовно-нравственной сферы личности является ее способность не только понимать чувства, желания и действия другого человека, но и проявлять на поведенческом уровне социальные навыки, которые в свою очередь способствуют успешному взаимодействию человека с окружающими.

При организации шкал опросника мы стремились задействовать все те психологические механизмы личности, которые осуществляют ее прохождение по пути, который суфии называют духовный путь. В перспективе нами планируется включение в методику еще одной из важнейших составляющих «внутренней работы личности» – системы самоотношения, т.е. принятие себя/непринятие себя.

Другим и не менее важным компонентом, обеспечивающим прохождение по пути духовного развития с точки зрения суфийской концепции, является эмоциональный мир человека, его переживания и способность обуздать свои чувства и их противоречивость. Свобода от двойственности и свобода от ожиданий переживается человеком не только на когнитивном и поведенческом уровне, но и на аффективном. Рассматривая эмоциональные состояния как процесс переживания, современная наука отмечает, что человек, испытывая эмоции, формирует у себя то или иное отношение к другим людям, предметам, явлениям и к самому себе. Согласно результатам исследований Ф.Е. Василюка, переживание может проявиться как особая форма деятельности, направленная на восстановление душевного равновесия, переделывание человеком себя в мире и мира в себе (Василюк, 1984, с. 57–58). Идеи В.Н. Мясищева об адекватности эмоционального фона субъекта деятельности задачам этой деятельности, о преобладании положительных эмоций в этой ситуации, как условиях, обеспечивающих возможности регуляции эмоциональными состояниями, в принципе раскрывают психологический механизм «обуздания» чувств и их амбивалентности (Мясищев, 1969). Тем самым охватывается система ценностей, мотивации, потребностей, которые удовлетворяются человеком в рамках деятельности. Эти идеи В.Н. Мясищева легли в основу создания методики, позволяющей выявить всю амбивалентность и многомерность переживания человеком значимых событий своей жизни и профессиональной деятельности, а также некой способности, которую мы пока условно называем «эмоциональной компетентностью». Эмоции в определенной мере можно рассматривать как фактор, предопределяющий «сбои» в исполнительской части деятельности, а возможно и как фактор, предопределяющий ее успешность. Например, понимание и знание, как «надо» поступать в той или иной ситуации, в реальной действительности не происходит в соответствии с планируемым, в силу того, что эмоциональные состояния вносят, как правило, существенные коррективы в решение или поведение субъекта жизнедеятельности. В настоящее время, совместно с К.М. Абдуллаевым и К.А. Маринич, нами осуществляется апробация этой методики.

Одним из критических комментариев к суфийской концепции развития личности является утверждение, что в основных положениях суфийского учения недостаточно уделено внимания духовному развитию личности в детском возрасте. При обсуждении этого вопроса, с нашей точки зрения, необходимо обратиться к философским воззрениям Авиценны о том, что «от надлежащего воспитания», от выбора метода воспитания зависят не только нравственное и физическое здоровье ребенка, но и его успешность в делах. Абу Али ибн Сина писал в «Каноне»: «необходимо, чтобы все внимание воспитателя было направлено на улучшение характера ребенка, на надлежащую направленность этого



## PSICOLOGÍA POSITIVA: DESARROLLO Y EDUCACIÓN

характера, на то, чтобы ребенку были чужды сильный гнев, острый страх, угрюмость в обращении, а также на то, чтобы всегда было налицо то, чего желает и к чему стремится он, и не допускать в его присутствии ничего такого, что он не любит. Всем этим достигается двойная польза: одна, состоящая в том, чтобы с самого раннего детства выработался твердый характер, другая – чтобы такое развитие положительно влияло на физическое развитие ребенка. Ведь гнев сильно возбуждает, угрюмость сушит, а лень уменьшает жизненные силы. Следовательно, от надлежащего воспитания зависит как его нравственное, так и физическое здоровье» (цит по: Захидов, 1973, с. 55). Мысль о необходимости оберегать ребенка от отрицательных эмоций для улучшения характера, от которого зависят его жизненные силы, нравственность и успех в делах, раскрывают психологическую суть развития личности ребенка.

Очевидно, что эти положения ученых – энциклопедистов и суфиев Древнего Востока остаются актуальными для методологии научного исследования в области психологии детства и являются также методическим руководством для всех тех, кто причастен к обучению и образованию детей. В связи с тем, что мы считаем эти мысли не только достойными внимания, но и требующими эмпирических исследований, подтверждающих их жизнеспособность, нами осуществляется эта работа. Совместно с И.Д. Абдуллаевой и М.М. Махмудовой была создана методика по выявлению характера переживаний родителей в отношении с детьми. (В настоящее время ведется работа по ее апробации.) В основу создания методики легла идея о том, что через изучение характера родительских чувств, состояний и переживаний возможно осуществить прогноз особенностей развития духовной сферы личности ребенка. В рамках данной статьи нами не ставится задача полного освещения этой работы, но указание на это направление необходимо в связи с тем, что в суфийской концепции, раскрывающей природу формирования развития личности и, в частности, успешности социализации ребенка, одним из факторов является характер эмоционального пласта в отношении близких взрослых к детям.

В контексте обсуждаемой проблемы – детерминирующие факторы развития, в том числе и детского, невозможно не обратиться к В.В. Зеньковскому (1995), которым определены «два переживания во внутреннем мире души – переживание своей силы и переживание своей слабости». Российский ученый считает, что из переживания силы, которое растет на протяжении всей жизни, рождается самоутверждение личности, ее индивидуальность, инициатива и творчество. Смелость, сила воли, самоуважение, стремление настоять на своем, добиться осуществления своих планов – таковы те психические факты, в которых обнаруживается рост индивидуальности. Согласно точке зрения В.В. Зеньковского, не менее существенную роль в созревании личности играет и переживание слабости – и оно тоже является центром, «вокруг которого всю жизнь собираются однородные переживания. Через эти переживания глядит в индивидуальность социальная среда, к которой ей приходится приспосабливаться, с которой необходимо считаться» (Зеньковский, 1995, с. 315). Приспособление, послушание, подражание, смирение, работа над собой, самоограничение, привычка считаться с людьми, процесс усвоения традиций – все это формы второй активности. Обращение к замечательным мыслям В.В. Зеньковского (1995) также связаны с тем, что им раскрывается сила переживаний ребенка как фактора, определяющего особенности формирования его способности к «внутренней работе», так необходимой в формировании духовности личности.

В заключение еще раз важно отметить, что в рамках статьи мы не претендуем на достаточный анализ заявленных проблем, это в определенной мере некоторые комментарии, требующие последующей тщательной проработки.

Изучение проблем развития духовности личности, на наш взгляд, существенно попол-



COMMENTS TO THE PSYCHOLOGICAL CONCEPT OF DEVELOPMENT  
OF THE PERSON AND OF THE SPIRITUALITY IN THE TEACHINGS OF THE SUFIS

няется обращением к идеям учения Востока – к суфизму. Психологическое значение прохождения пути Ищущего в суфизме понимается как полное принятие и понимание Универсальной Мудрости, это когнитивный, эмоциональный и духовный процесс, пронизывающий все бытие суфия. Удовлетворенность – это высшая форма свободы от себя. Проходя через стадии раскаянья, воздержания, самоотречения, бедности, терпении и доверия Богу, суфий постепенно теряет уровни индивидуальности, понимаемой как отказ от «сделанного» себя, от той части себя, которая блокирует дальнейшее развитие (Шафии, 2007).

Глубокое внутреннее удовлетворение, сострадательная любовь, сочувствие к другим, искреннее служение и постоянная служба человечеству – скромная и молчаливая – являются внешними проявлениями удовлетворенности. Внутренние проявления – доверие и уверенность.

Состояние удовлетворенности – это принятие жизни такой, какая она есть. Не случайно Эрих Фромм (2008) писал, что суфий превосходит единство с Господом и достигает единства с Жизнью.

### БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

- Абульханова-Славская К.А. (1991). *Стратегия жизни*. М. : Мысль.
- Басов М.Я. (1975). Проблема развития человека // *Избранные психологические произведения*. М. : Педагогика.
- Василюк Ф.Е. (1984). *Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций*. М. : Изд-во МГУ.
- Выготский Л.С. (1983). *Проблемы развития высших психических функций* // Собр. соч. в 6 т. Т. 3. С. 6-41.
- Захидов Т. (1973). *Три титана*. Ташкент : ФАН. С. 55.
- Зеньковский В.В. (1995). *Психология детства*. М. : ИЦ «Академия».
- Шафии М. (2007). *Свобода от себя. Суфизм, медитация и психотерапия*. М. : Эннеагон Пресс.
- Мясищев В.Н. (1969). Проблема личности и ее роль в вопросах психологии и физиологии // *Исследование личности в клинике в экстремальных условиях труда*. Л. С. 6-17.
- Торчинов Е.А. (2005). *Религии мира: опыт запредельного. Психотехника и трансперсональные состояния*. 4-е изд. СПб. : Азбука-классика, Петербургское востоковедение.
- Фромм Э. (2008). *Человек для самого себя*. М. : АСТ.