Религиозный опыт есть соприкосновение с реальностью религии. Это эмоциональное переживание, которое без должного рационального оформления его содержания не может сохраняться в памяти.

Понятие религиозного опыта включает в себя такие аспекты, как изумление перед бесконечностью космоса, трепет и ощущение тайны в присутствии священного, ощущение зависимости от божественной силы или невидимого порядка вещей, чувство вины и беспокойство, сопровождающее веру в божественное правосудие, и ощущение мира и покоя в надежде на божественное прощение. Примерами РЕЛИГИОЗНОГО ОПЫТА являются экстазы, пророчества, вещие сны, мистерии, а также опыт внутреннего просветления, духовного возрождения и т.п.

Религиозный опыт - совокупность переживаний, воспринятых, оцененных и переработанных субъектом с религиозной точки зрения, который имеет важное значение для формирования, укрепления и развития его религиозного мировоззрения.   
  
Как правило, чтобы тот или иной опыт получил окраску религиозного, нужна соответствующая религиозная установка. 

Религиозная традиция - совокупность стабильных форм и способов поклонения Богу (богам). Каждая существующая религия хранит и поддерживает свою традицию, а чаще всего в рамках одной религии существует несколько традиций - это католицизм, православие и протестантизм в христианстве, сунниты и шииты в исламе, хинаяна и махаяна в буддизме и т.д.

Религиозные традиции, прежде всего традиции Востока, располагают определенной техникой работы с сознанием и телом, направленной на достижения более высоких состояний сознания.

* Преодоление ограниченности собственного бытия и слияние с божественным светом ([хасидизм](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A5%D0%B0%D1%81%D0%B8%D0%B4%D0%B8%D0%B7%D0%BC));
* Полное разъединение с миром ([кайвалья](http://en.wikipedia.org/wiki/Kaivalya" \o "en:Kaivalya) (англ.)[русск.](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=Kaivalya&action=edit&redlink=1) в некоторых течениях[индуизма](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%BD%D0%B4%D1%83%D0%B8%D0%B7%D0%BC), включая [санкхью](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B0%D0%BD%D0%BA%D1%85%D1%8C%D1%8F" \o "Санкхья) и [йогу](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%99%D0%BE%D0%B3%D0%B0));
* Освобождение от оков [кармы](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B0%D1%80%D0%BC%D0%B0) ([мокша](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%BE%D0%BA%D1%88%D0%B0_(%D1%84%D0%B8%D0%BB%D0%BE%D1%81%D0%BE%D1%84%D0%B8%D1%8F)) в [сикхизме](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B8%D0%BA%D1%85%D0%B8%D0%B7%D0%BC), [джайнизме](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%B6%D0%B0%D0%B9%D0%BD%D0%B8%D0%B7%D0%BC) и [индуизме](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%BD%D0%B4%D1%83%D0%B8%D0%B7%D0%BC" \o "Индуизм),[нирвана](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B8%D1%80%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B0) в буддизме)
* Постижение истинной природы человека ([сатори](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B0%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%B8" \o "Сатори) в [дзэн](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%B7%D1%8D%D0%BD)-буддизме, [дэ](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D1%8D" \o "Дэ) в[даосизме](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%B0%D0%BE%D1%81%D0%B8%D0%B7%D0%BC));
* Единение с Богом ([энозис](http://en.wikipedia.org/wiki/Henosis" \o "en:Henosis) (англ.)[русск.](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=Henosis&action=edit&redlink=1) в [неоплатонизме](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B5%D0%BE%D0%BF%D0%BB%D0%B0%D1%82%D0%BE%D0%BD%D0%B8%D0%B7%D0%BC) и [обожение](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%B1%D0%BE%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5" \o "Обожение) в[христианстве](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A5%D1%80%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%B0%D0%BD%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE), брахманирвана в [индуизме](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%BD%D0%B4%D1%83%D0%B8%D0%B7%D0%BC));
* Постижение внутреннего естества ([ирфан](http://en.wikipedia.org/wiki/Irfan" \o "en:Irfan) (англ.)[русск.](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=Irfan&action=edit&redlink=1) и [фитра](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D0%B8%D1%82%D1%80%D0%B0" \o "Фитра) в [исламе](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D1%81%D0%BB%D0%B0%D0%BC));
* Блаженное переживание подлинной внутренней сути ([самадхи](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B0%D0%BC%D0%B0%D0%B4%D1%85%D0%B8" \o "Самадхи) или сварупа-авирбхава в [индуизме](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%BD%D0%B4%D1%83%D0%B8%D0%B7%D0%BC));
* Снятие социальных запретов и возвращение в естественное состояние ([дионисийские мистерии](http://en.wikipedia.org/wiki/Dionysian_Mysteries" \o "en:Dionysian Mysteries) (англ.)[русск.](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=Dionysian_Mysteries&action=edit&redlink=1)).

В науке существуют две точки зрения на религиозный опыт — одна из них состоит в том, что религиозный опыт является функцией человеческого мозга и поддаётся научному изучению[[5]](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D0%BB%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%BE%D0%B7%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BE%D0%BF%D1%8B%D1%82#cite_note-5), другая считает религиозный опыт теоретической конструкцией, не имеющей научного смысла

Понятие религиозного опыта не было широко распространенным термином до опубликования работы У. Джемса "Многообразие религиозного опыта". Психолог и философ [Уильям Джеймс](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%B6%D0%B5%D0%BC%D1%81,_%D0%A3%D0%B8%D0%BB%D1%8C%D1%8F%D0%BC) в книге «[Многообразие религиозного опыта](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7%D0%B8%D0%B5_%D1%80%D0%B5%D0%BB%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%BE%D0%B7%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE_%D0%BE%D0%BF%D1%8B%D1%82%D0%B0)» описал четыре основные характеристики религиозного/мистического опыта[[7]](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D0%BB%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%BE%D0%B7%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BE%D0%BF%D1%8B%D1%82#cite_note-7):

* **Неизречённость** (Ineffable). Самый лучший критерий для распознавания мистических состояний сознания – невозможность со стороны пережившего их подобрать слова для их описания из-за отсутствия слов, способных в полной мере выразить сущность этого рода переживаний.
* **Интуитивность** (Noetic). Мистические состояния для переживающего их являются особой формой познавания. При помощи этих состояний человек проникает в глубину истин, закрытую для трезвого рассудка. Они являются откровениями, моментами внутреннего просветления, неизмеримо важными для того, кто их пережил, и над чьей жизнью власть их остается незыблемой до конца.
* **Кратковременность** (Transient). За редкими исключениями, они длятся от получаса до двух часов, после чего исчезают, уступив место обыденному сознанию. После их исчезновения трудно воспроизвести в памяти их свойства, однако когда они вновь посещают человека, он узнает их.
* **Бездеятельность воли** (Passive). Хотя мистические состояния можно вызвать произвольно, например, сосредоточением внимания, ритмическими телодвижениями или другим каким-нибудь способом, как только состояние сознания приобрело характерные для данного переживания признаки, мистик начинает ощущать свою волю как бы парализованной или даже находящейся во власти какой-то высшей силы.

### Определение Нормана Хабеля[[править](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A0%D0%B5%D0%BB%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%BE%D0%B7%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BE%D0%BF%D1%8B%D1%82&veaction=edit&section=3) | [править исходный текст](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A0%D0%B5%D0%BB%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%BE%D0%B7%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BE%D0%BF%D1%8B%D1%82&action=edit&section=3)]

Известный австралийский теолог Норман Хабель определяет религиозный опыт как структурированный путь, на котором верующий в рамках определённой религиозной традиции вступает в отношения со священным, или обретает осведомлённость о священном[[8]](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D0%BB%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%BE%D0%B7%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BE%D0%BF%D1%8B%D1%82#cite_note-8). Религиозный опыт по самой своей природе выходит за пределы обыденности (трансдендирует). Религиозный опыт в ряде случаев трудно отличить на основе наблюдения от психопатологических состояний (таких, как [психоз](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B7), см. еще [метемпсихоз](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%BC%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B7)) или от других форм изменённых состояний сознания[[9]](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D0%BB%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%BE%D0%B7%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BE%D0%BF%D1%8B%D1%82#cite_note-9). Не все переживания сверхъестественного относятся к религиозному опыту. Исходя из определения Хабеля, религиозный опыт не включает в себя психопатологические состояния и состояния, индуцированные психоактивными веществами, поскольку эти состояния преимущественно переживаются вне рамок определённой религиозной традиции.

Мур и Хабель выделили два типа религиозного опыта: непосредственный и опосредованный[[10]](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D0%BB%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%BE%D0%B7%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BE%D0%BF%D1%8B%D1%82#cite_note-10).

* **Опосредованный** – Опосредованный опыт верующий обретает при помощи вспомогательных средств – таких, как: [ритуалы](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%B1%D1%80%D1%8F%D0%B4), особые личности, религиозные группы, тотемные объекты или природа.
* **Непосредственный** – Непосредственный опыт приходит к верующему без какого-либо вмешательства. При этом божество или божественное воспринимается напрямую.

Виды религиозного опыта:

[**Нуминозный**](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D1%83%D0%BC%D0%B8%D0%BD%D0%BE%D0%B7%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C) — германский мыслитель [Рудольф Отто](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D1%82%D1%82%D0%BE,_%D0%A0%D1%83%D0%B4%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D1%84) (1869–1937) утверждал, что всем разновидностям религиозного опыта вне зависимости от культурной среды присущ один общий фактор, который он определяет как «нуминозный». «Нуминозный» опыт включает два аспекта: «mysterium tremendum» – тенденцию вызывать страх и трепет, – и «mysterium fascinas» – тенденцию притягивать, очаровывать и покорять. Отто считал нуминозный опыт единственно возможным религиозным опытом, выражая это в следующих словах: «Нет религии, в которой она [нуминозность] не присутствует как подлинная сокровенная суть, и без неё религия не заслуживает права называться религией» [[11]](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D0%BB%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%BE%D0%B7%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BE%D0%BF%D1%8B%D1%82#cite_note-11). Отто не принимал всерьёз какой-либо иной вид религиозного опыта, например, экстаз и религиозное исступление, и относил их к «преддверию религии».

[**Экстаз**](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AD%D0%BA%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%B7) — при экстатических переживаниях человек ощущает, что его [Душа](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D1%83%D1%88%D0%B0" \o "Душа)или [дух](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D1%83%D1%85_(%D0%BC%D0%B8%D1%84%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F)) покидает тело (см. [выход из тела](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%92%D1%8B%D1%85%D0%BE%D0%B4_%D0%B8%D0%B7_%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B0&action=edit&redlink=1)). Содержание экстатических переживаний состоит в путешествиях по иным мирам, в которых приобретается знание о высших реальностях, в том числе и о [загробном мире](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%97%D0%B0%D0%B3%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BC%D0%B8%D1%80). Этот тип религиозного опыта характерен для [шаманов](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D0%B0%D0%BC%D0%B0%D0%BD).

**Исступление** — при исступлении ([одержимости](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%B6%D0%B8%D0%BC%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C)) Бог является верующему извне. Святая сила, существо или воля входит в тело или сознание индивида и овладевает им. Людей, восприимчивых к одержимости, иногда называют[медиумами](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D1%83%D0%BC). [Божество](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%BE%D0%B6%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE), дух или сверхъестественное существо использует такого индивида для связи с [имманентным миром](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%BC%D0%BC%D0%B0%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C). Льюис утверждает, что экстаз и одержимость по существу представляют собой одно и то же переживание, и экстаз является лишь одной из форм одержимости. Внешнее проявление данного феномена подтверждает эту точку зрения, поскольку шаманы выглядят как одержимые духами медиумы, и хотя они претендуют на способность управлять духами, в ряде случаев шаманы теряют контроль[[12]](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D0%BB%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%BE%D0%B7%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BE%D0%BF%D1%8B%D1%82#cite_note-12).

[**Мистический**](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%B7%D0%BC) — мистический опыт во многом противоположен нуминозному опыту. При мистическом опыте все различия для адепта исчезают, и он сливается с космосом, божеством или иной трансцендентной реальностью. Британский востоковед [Роберт Чарльз Зэнер](http://en.wikipedia.org/wiki/Robert_Charles_Zaehner) (англ.)[русск.](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=Robert_Charles_Zaehner&action=edit&redlink=1) выделил две разновидности мистического опыта: естественный мистический опыт и религиозный мистический опыт[[13]](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%B5%D0%BB%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%BE%D0%B7%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BE%D0%BF%D1%8B%D1%82#cite_note-13). К естественному мистическому опыту относится, например, слияние со своим глубинным «Я» или переживание единства с природой. Естественный мистический опыт коренным образом отличен от религиозного, поскольку он не привязан к какой-либо традиции, однако он представляет собой духовный опыт, способный оказать глубочайшее воздействие на индивида.

**Духовное пробуждение** — духовное пробуждение является религиозным опытом, ведущим к самореализации или установлению связи с духовными аспектами бытия. Очень часто духовное пробуждение преображает всю жизнь индивида. Термин «духовное пробуждение» может обозначать любой тип религиозного опыта из весьма широкого спектра, включая [рождение заново в христианстве](http://en.wikipedia.org/wiki/Born_again_Christianity) (англ.)[русск.](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=Born_again_Christianity&action=edit&redlink=1), [околосмертный опыт](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D1%81%D0%BC%D0%B5%D1%80%D1%82%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BE%D0%BF%D1%8B%D1%82" \o "Околосмертный опыт), а также мистический опыт, включая индуистскую [мокшу](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%BE%D0%BA%D1%88%D0%B0_(%D1%84%D0%B8%D0%BB%D0%BE%D1%81%D0%BE%D1%84%D0%B8%D1%8F)) и буддийское [просветление](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%BE%D0%B4%D1%85%D0%B8).