

ИСКАНДАРОВ Роберт Рафаилович,
кандидат медицинских наук,
старший научный сотрудник ФКУ «Научно-исследовательский
институт Федеральной службы исполнения наказаний»,
e-mail: dr.iskandarov@inbox.ru

ФЕНОМЕНОЛОГИЯ ВРЕМЕНИ ЗА РЕШЕТКОЙ: ОТ «МЕРТВОГО ВРЕМЕНИ» К ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОМУ ОПЫТУ

Аннотация. В статье исследуется качественная трансформация восприятия времени у лиц, находящихся в условиях тюремного заключения. С позиции феноменологической философии и экзистенциальной психологии анализируется переход от переживания времени как «мертвого», тягучего и бессмысленного потока к его осмыслению как пространства для глубокой рефлексии и личностной трансформации. Автор рассматривает коллапс социального времени, феномен «статичной длительности» и распад привычной временной структуры бытия. В противовес этому раскрываются механизмы экзистенциального поворота: нарративная реконструкция самости, утверждение личного ритма и суверенитета через внутренние ритуалы, а также восстановление временной перспективы. Особое внимание уделяется взаимосвязи темпоральности, телесности и архитектоники пространства заключения. Делается вывод, что характер отношения ко времени является ключевым диагностическим и прогностическим критерием психологического состояния, а целенаправленная работа с «темпоральной гигиеной» должна стать основой пенитенциарной психиатрии и психокоррекции. Статья адресована специалистам в области философии, юридической психологии и пенитенциарной психиатрии.

Ключевые слова: феноменология времени, тюремное заключение, экзистенциальный опыт, мертвое время, нарративная реконструкция, темпоральность, экзистенциальный интеллект, временная перспектива, пенитенциарная психиатрия, психология изоляции.

ISKANDAROV Robert Rafailevich,
Candidate of Medical Sciences, Senior Researcher,
PKU "Research Institute of the Federal Penitentiary Service"

PHENOMENOLOGY OF TIME BEHIND BARS: FROM "DEAD TIME" TO EXISTENTIAL EXPERIENCE

Annotation. The article examines the qualitative transformation of time perception in people in prison. From the standpoint of phenomenological philosophy and existential psychology, the transition from the experience of time as "dead," viscous and meaningless flow to its understanding as a space for deep reflection and personal transformation is analyzed. The author considers the collapse of social time, the phenomenon of "static duration" and the disintegration of the usual temporal structure of being. In contrast, the mechanisms of existential turn are revealed: the narrative reconstruction of the self, the assertion of personal rhythm and sovereignty through internal rituals, as well as the restoration of a temporary perspective. Particular attention is paid to the relationship of temporality, physicality and architectonics of the space of conclusion. It is concluded that the nature of the attitude to time is a key diagnostic and prognostic criterion for the psychological state, and targeted work with "temporal hygiene" should become the basis of penitentiary psychiatry and psychocorrection. The article is addressed to specialists in philosophy, legal psychology and penitentiary psychiatry.

Key words: phenomenology of time, imprisonment, existential experience, dead time, narrative reconstruction, temporality, existential intelligence, temporal perspective, penitentiary psychiatry, psychology of isolation.

Введение: Хронотоп несвободы. Тюремное заключение представляет собой один из наиболее радикальных экспериментов, которые общество ставит над человеческим восприятием. Речь идет не только о лишении физической свободы, но о фундаментальной перестройке базовых экзистенциальных координат, среди которых время занимает центральное место. За высокими стенами и наглухо закрытыми дверьми происходит необратимая трансформация временного потока: из нейтральной, объективной канвы жизни время превращается в субстанцию, которую можно буквально ощущать физически, тягучую, плотную, неподвижную или, напротив, беспощадно ускользающую. Этот феномен, наблюдаемый в практике пенитенциарной психиатрии, выходит за рамки обычной психологии стресса и требует глубокого философско-феноменологического осмысления. В условиях тюрьмы время перестает быть фоном существования и становится его главным содержанием, проблемой и, парадоксальным образом, потенциальным ресурсом. От качества этого «внутреннего времени» напрямую зависит экзистенциальное состояние человека: погрузится ли он в апатию «мертвого времени» или использует вынужденную паузу для глубинной рефлексии и трансформации. Статья ставит целью проанализировать эту метаморфозу, опираясь на феноменологическую традицию и эмпирические наблюдения, чтобы раскрыть, как в пространстве несвободы разворачивается драма человеческого бытия-во-времени.

1. Распад космического времени: феноменология «мертвого времени». Первое и наиболее яркое переживание осужденного – это коллапс привычного временного порядка. Внешнее, социальное время, регулируемое рабочими графиками, семейными ритмами и культурными событиями, здесь замещается жестким, но предельно упрощенным тюремным распорядком. Этот распорядок дробит сутки на неестественные, механические отрезки: подъем, прием пищи, прогулка, отбой. В результате возникает острый феноменологический конфликт. С одной стороны, время становится гиперструктурированным извне, с другой стороны, внутренне абсолютно бессмысленным. Оно теряет свою телеологичность, направленность к каким-либо значимым целям. Однообразная череда дней стирает различия между прошлым, настоящим и будущим, создавая то, что заключенные часто называют «консервной банкой» или «белой мглой».

Философ Анри Бергсон отличал абстрактное, пространственное время науки от длительности (*durée*), этого внутреннего, качественного

потока сознания, где моменты не разделены, а взаимопроникают [1]. Тюрьма же насильственно навязывает первый тип, доводя его до абсурда, при этом парализуя второй. Длительность как переживание непрерывного творческого становления распадается. Вместо нее возникает то, что можно обозначить как «статичная длительность», в котором время длится, но не ведет никуда. Это порождает специфические психологические состояния, подробно описанные в исследованиях: временной инфантилизм, когда человек полностью утрачивает способность и волю к планированию и целеполаганию, и временную зависимость, проявляющуюся в навязчивой ритуализации микро-действий в тщетной попытке вернуть контроль [2].

На уровне восприятия это выражается в знаменитом феномене «растягивания» времени. Пять минут ожидания в камере могут субъективно восприниматься как час. Экзистенциальный аналитик Виктор Франкл, опираясь на опыт концлагеря, указывал, что в экстремальных условиях «жизнь как бы сжимается до одного момента принятия решения» [3]. Однако до этого момента поворотной точки человек может долго пребывать в состоянии временного оцепенения, где будущее кажется не просто туманным, а принципиально отсутствующим. Прошное же, особенно жизнь на свободе, часто становится болезненно ярким, но недостижимым миражом, что еще больше углубляет разрыв в непрерывности личной истории. Происходит то, что Мартин Хайдеггер мог бы назвать распадом «заботы» (*Sorge*) как целостной временной структуры бытия. Забота, проецирующая себя в будущее через проект, становится невозможной; *dasein* заключенного рискует низвергнуться в модус «падшести», где время есть лишь бесконечное и мучительное «томление» [4].

2. Экзистенциальный поворот: время как пространство возможности. Однако было бы глубоким заблуждением считать тюремную темпоральность исключительно деструктивной. Внутри этой принудительной паузы, в разрыве автоматического течения жизни, может зародиться мощный экзистенциальный поворот. Психолог Алфред Лэнгле, развивая идеи Франкла, определяет этот поворот как переход от жизненной установки, центрированной на «получении» и удовлетворении потребностей, к установке, обращенной к смыслу и ответу на вызовы жизни [5]. Тюрьма, лишая человека возможности удовлетворять базовые потребности привычным способом (в социальном статусе, профессиональной реализации, гедонистическом потреблении), ставит его перед фундаментальными вопросами: кто я помимо

своих социальных ролей? За что я могу нести ответственность даже в этих условиях? Что в моей жизни действительно имеет значение?

В этом контексте время, утратившее внешние ориентиры, может быть переоткрыто как внутренний ресурс, ставшим пространством для рефлексии, которой в «свободной» жизни вечно не хватало. Оно перестает быть «врагом», которое нужно «убить», и становится материалом для работы сознания. Этот процесс напрямую связан с активизацией того, что современная психология называет экзистенциальным интеллектом, дающим способность заниматься глубинными вопросами бытия, смерти, свободы и смысла [6; 7]. В условиях изоляции эта способность часто выходит на первый план, поскольку другие формы интеллектуальной и социальной активности сильно ограничены.

Феноменологически это соответствует движению, описанному еще Эдмундом Гуссерлем: от естественной установки, поглощенной объектами мира, к рефлексивной установке, которая делает саму структуру переживания предметом анализа [8]. Заключение, лишенный множества внешних объектов, непроизвольно обращает взор внутрь себя. Он начинает не просто «проводить» время, а проживать его, наполняя содержанием своего внутреннего диалога. Ведение дневника, интенсивное чтение, попытки творчества (стихи, рисунки) становятся актами экзистенциального самоутверждения, способами «заселить» и освоить временную пустоту. В этом акте заключенный реализует ту самую «малую свободу», о которой говорил Франкл, последнюю свободу человека выбрать свое отношение к обстоятельствам. Время становится мерой и полем реализации этой экзистенциальной свободы.

3. Между инфантилизмом и свободой: нарративная реконструкция самости. Ключевым механизмом трансформации «мертвого времени» в осмысленный экзистенциальный опыт является работа с нарративом по восстановлению связной истории собственной жизни. Прошлые, настоящее и будущее должны быть заново связаны в логическую и эмоционально приемлемую цепочку. Психотерапевтическая практика в пенитенциарных учреждениях показывает, что наиболее тяжелые состояния (депрессия, апатия, аутоагрессия) связаны не столько с фактом лишения свободы как таковым, сколько с крахом личного нарратива. Человек не может ответить на вопросы «Как я сюда попал?» и «Куда я иду дальше?» без обесценивания всей своей прежней жизни и личности.

Работа по нарративной реконструкции – это процесс примирения со своим прошлым (принятие вины, ответственности, травмирующих событий) и, что еще важнее, проектирование будущего. Здесь парадоксальным образом помогает сама ограниченность выбора. Когда горизонт возможностей сужен до нескольких реальных вариантов (изучить ремесло, получить образование заочно, восстановить отношения с родными), будущее перестает быть абстрактным и пугающим. Оно становится конкретным, требующим планирования и усилий. Таким образом, вводится новая, посильная темпоральность: не глобальное «когда я выйду», а локальное «что я могу сделать на этой неделе, чтобы приблизить свою цель».

Этот процесс можно описать в терминах теории временной перспективы Ф. Зимбардо. Здоровая временная перспектива предполагает баланс между позитивным прошлым, гедонистическим настоящим и целеустремленным будущим [9]. Тюрьма изначально разрушает этот баланс, гипертрофируя негативное прошлое и фаталистическое настоящее. Задача экзистенциальной работы заключается в помощи человеку сформировать новую будущую ориентацию, даже в условиях неопределенности срока. Именно связь с будущим, пусть гипотетическим, возвращает времени его жизненную энергию. Как отмечал Хайдеггер, подлинное бытие человека есть «бытие-к-возможности», а значит, и «бытие-к-будущему» [4]. Восстановление этой связи, пусть через решетку, есть акт экзистенциального сопротивления распаду.

4. Темпоральность телесности и пространства. Феноменологическое переживание времени в заключении неразрывно сплетено с трансформацией восприятия собственного тела и предельного пространства. Тело, лишенное привычной моторной и сенсорной насыщенности мира, становится основным, а часто и единственным источником временных меток. Монотонное биение сердца, медленное течение физиологических процессов, навязчивая цикличность телесных потребностей образуют примитивный хронометр, тикающий в тишине камеры. Французский философ Морис Мерло-Понти в «Феноменологии восприятия» утверждал, что тело является нашей изначальной точкой отсчета в мире, «плотью», через которую конституируются пространство и время [10]. В тюрьме эта «плоть» оказывается запертой, а ее интенциональные нити, обычно связывающие человека с миром, обрублены. Тело переживает себя не как инструмент действия, а как бремя, как объект, вынужденный пассивно претерпевать время. Это порождает специфические психосоматические расстройства:

ипохондрическую фиксацию на малейших ощущениях, нарушения сна, при которых ночь (субъективно длящаяся вечность) и день меняются местами, стирая границу между бодрствованием и кошмаром.

Пространство камеры, измеряемое шагами, также становится материальным выражением «мертвого времени». Его геометрия и семантика глубоко изучались в контексте архитектурной психологии. Однородное, лишённое точек интереса, оно не даёт сознанию опоры для расчленения временного потока на осмысленные отрезки. Взгляд, бесцельно скользящий по стенам, не встречает различий, а значит, не находит и «зацепок» для памяти. Каждый день идентичен предыдущему, пространственно-временной континуум схлопывается в точку. Это состояние можно описать с помощью концепта Жюль Делеза и Феликса Гваттари о «гладком» и «полосатом» пространствах [11]. «Полосатое» пространство свободы пронизано социальными, профессиональными, культурными маршрутами и ритмами. Тюрьма же навязывает предельно «гладкое» пространство, однородное, непроницаемое, лишённое внутренних ориентиров, по которому невозможно построить индивидуальную траекторию. Движение в таком пространстве (три шага от стены к стене) не ведёт никуда, оно циклично и бесцельно, что является идеальной метафорой переживания времени как бессмысленного круговорота. Преодоление этого тупика начинается тогда, когда заключённый силой воображения или памяти накладывает на «гладкое» пространство камеры внутренние, символические «полосы» и мысленно путешествует по маршрутам прошлого, «прочитывает» стены как страницы воображаемых книг, тем самым воссоздавая внутри себя дифференцированное пространство-время.

5. Институциональные ритмы и сопротивление через ритуал. Тюремная администрация, сознательно или нет, осуществляет тотальный контроль над временем заключённых, что является, возможно, более изощренной формой власти, чем контроль над телом. Распорядок дня – это не просто график, это инструмент дисциплины в смысле, описанном Мишелем Фуко в «Надзирать и наказывать» [12]. Механическое дробление суток на одинаковые ячейки призвано разрушить автономную волю, подчинить внутренние ритмы внешнему, безличному механизму. Однако именно в этой точке возникает пространство для тонких форм экзистенциального сопротивления. Если «мертвое время» – это результат пассивного подчинения институциональному ритму, то созидание

личного смысла часто происходит через утверждение альтернативных, персональных ритмов внутри навязанной структуры.

Такой ритм может быть связан с практиками самообразования, когда изучение учебника или иностранного языка делит день не на тюремные «до» и «после» обеда, а на главы или уроки. Другой формой является создание микроритуалов: тщательное приготовление чая, особая гимнастика, ведение дневника строго в определённый час. Эти действия, внешне нейтральные, являются актами утверждения личного суверенитета над временем. Они вводят в однородный поток качественные различия, создают «события», пусть и микроскопические. Русский философ Михаил Бахтин, анализируя карнавальную культуру, писал о возможности через ритуал и игру создавать внутри официального времени альтернативное, «второе» время жизни [13]. В условиях тюрьмы, где карнавал невозможен, его место занимают эти приватные, тихие ритуалы. Они становятся ячейками альтернативной темпоральности, в которой человек перестаёт быть объектом управления и становится субъектом, творящим форму своего дня. Психотерапевтическая практика показывает, что способность пациента установить и поддерживать такой внутренний ритм является надёжным прогностическим признаком сохранения личностной целостности и психологической устойчивости. В этом контексте время становится не только объектом рефлексии, но и полем для ежедневной, почти незаметной практики свободы, где сама регулярность личного ритуала есть вызов монотонной регулярности режима.

Заключение: Темпоральность как диагноз, прогноз и основа терапии. Феноменология времени в местах лишения свободы раскрывает перед нами не просто частный случай психологической адаптации, но концентрированную модель человеческого бытия перед лицом абсурда. «Мёртвое время» тюрьмы – это предельное выражение отчуждения, когда человек лишён своего фундаментального права на будущее и на творческое становление в длительности. Однако именно на этом дне может зародиться подлинный экзистенциальный опыт, коренящийся в мужестве смотреть в лицо конечности, ограниченности и собственной ответственности. Этот опыт формируется в напряжённом диалоге между навязанной институциональной темпоральностью и попытками отвоёвования внутреннего времени через рефлекссию, нарратив, ритм и ритуал.

Практический вывод для пенитенциарной психиатрии и психологии заключается в том, что отношение ко времени должно рассматриваться

как ключевой диагностический и прогностический критерий. Временной инфантилизм и зависимость – это маркеры дезадаптации и высокого риска деструктивного поведения. Напротив, способность структурировать внутреннее время, работать с личным нарративом и поддерживать связь с будущим, даже символическую, является мощным ресурсом резилентности (устойчивости) и важнейшим фактором успешной ресоциализации [14; 15]. Следовательно, психотерапевтическая и коррекционная работа должна целенаправленно включать «темпоральную гигиену»: помощь в формировании осмысленного распорядка, техники нарративного переосмысления жизненного пути, практики развития временной перспективы. Необходимо создавать институциональные возможности (образование, творческие мастерские, систематическая групповая терапия) для созидания заключенными собственных «полосатых» пространств-времен внутри «гладкого» пространства учреждения.

Таким образом, время за решеткой перестает быть нейтральной тюремной данностью. Оно превращается в поле битвы между отчаянием и надеждой, между распадом личности и ее духовным преображением, между дисциплинарным контролем и экзистенциальным сопротивлением. Понимание этой сложной динамики позволяет увидеть в заключенном не просто объект наказания, но человека, ведущего напряженную внутреннюю работу по сохранению своего бытия во времени. И в этой работе, как ни парадоксально, может заключаться залог не только его личного исцеления, но и будущего искупления. Способность помочь ему в этой работе – это вопрос не только профессиональной этики пенитенциарного специалиста, но и мера гуманности общества в целом, признающего за каждым, даже оступившимся человеком, неотъемлемое право на собственное время и смысл.

Список литературы:

- [1] Бергсон, А. Опыт о непосредственных данных сознания / А. Бергсон; пер. с фр. – Москва: Московский клуб, 1992. – 325 с.
- [2] Духновский, С. В. Шкала «Отношение к времени»: психометрическая характеристика и возможности использования / С. В. Духновский // Личность: ресурсы и потенциал. – 2021. – № 4 (21). – С. 59-66.
- [3] Франкл, В. Сказать жизни «Да!»: психолог в концлагере / В. Франкл; пер. с нем. Д. А. Леонтьева. – Москва: Альпина нон-фикшн, 2021. – 239 с.
- [4] Хайдеггер, М. Бытие и время / М. Хайдеггер; пер. с нем. В. В. Библихина. – Москва: Академический проект, 2015. – 447 с.

[5] Лэнгле, А. Экзистенциальный анализ. Экзистенциальные подходы в психотерапии / А. Лэнгле. – Москва: Когито-Центр, 2020. – 322 с.

[6] Gardner, H. Intelligence Reframed: Multiple Intelligences for the 21st Century / H. Gardner. – New York: Basic Books, 1999. – 304 p.

[7] Косилова, Е. Об экзистенциально-феноменологическом интеллекте / Е. Косилова // Философская антропология. – 2024. – № 1. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ob-ekzistentsialno-fenomenologicheskom-intellekte> (дата обращения: 31.01.2026).

[8] Гуссерль, Э. Идеи к чистой феноменологии и феноменологической философии. Кн. 1 / Э. Гуссерль; пер. с нем. А. В. Михайлова. – Москва: Дом интеллектуальной книги, 1999. – 332 с.

[9] Zimbardo, P. G. The Time Paradox: The New Psychology of Time That Will Change Your Life / P. G. Zimbardo, J. N. Boyd. – New York: Free Press, 2008. – 336 p.

[10] Мерло-Понти, М. Феноменология восприятия / М. Мерло-Понти; пер. с фр. под ред. И. С. Вдовиной, С. Л. Фокина. – Санкт-Петербург: Ювента; Наука, 1999. – 605 с.

[11] Делез, Ж. Тысяча плато: Капитализм и шизофрения / Ж. Делез, Ф. Гваттари; пер. с фр. Я. И. Свирского. – Екатеринбург: У-Фактория; Москва: Астрель, 2010. – 892 с.

[12] Фуко, М. Надзирать и наказывать. Рождение тюрьмы / М. Фуко; пер. с фр. В. Наумова. – Москва: Ad Marginem, 1999. – 480 с.

[13] Бахтин, М. М. Творчество Франсуа Рабле и народная культура Средневековья и Ренессанса / М. М. Бахтин. – Москва: Художественная литература, 1990. – 545 с.

[14] Искандаров, Р. Р. Пенитенциарная психиатрия в философском аспекте: онтология, антропология, эпистемология, аксиология / Р. Р. Искандаров // Образование и право. – 2025. – № 9. – С. 296–299. – EDN SGGGZE.

[15] Искандаров, Р. Р. Социальные связи в изоляции: ресурс и риск для лиц с зависимостями и психическими расстройствами в пенитенциарной системе / Р. Р. Искандаров // Право и управление. – 2025. – № 6. – С. 359–363. – EDN FVPPJF.

References:

- [1] Bergson, A. Experience on the direct data of consciousness/A. Bergson; per. From fr. - Moscow: Moscow Club, 1992. - 325 s.
- [2] Dukhnovsky, S. V. The "Relation to Time" scale: psychometric characteristics and possibilities of use/S. V. Dukhnovsky//Personality: resources and potential. – 2021. – № 4 (21). - S. 59-66.
- [3] Frankl, W. Say lives "Yes!": concentration camp psychologist/W. Frankl; per. With nem. D.A. Leontyev. - Moscow: Alpina non-fiction, 2021. - 239 p.

[4] Heidegger, M. Genesis and Time/M. Heidegger; per. With nem. V.V. Bibikhin. - Moscow: Academic project, 2015. - 447 s.

[5] Langle, A. Existential analysis. Existential approaches in psychotherapy/A. Langle. - Moscow Kogito Center, 2020. - 322 s.

[6] Gardner, H. Intelligence Reframed: Multiple Intelligences for the 21st Century / H. Gardner. - New York: Basic Books, 1999. - 304 p.

[7] Kosilova, E. On existential-phenomenological intelligence/E. Kosilova//Philosophical anthropology. - 2024. - № 1. - URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ob-ekzistentsialno-fenomenologich-eskom-intellekte> (дата обращения: 31.01.2026).

[8] Husserl, E. Ideas for pure phenomenology and phenomenological philosophy. Kn. 1/E. Husserl; per. With nem. A.V. Mikhailova. - Moscow: House of Intellectual Books, 1999. - 332 p.

[9] Zimbardo, P. G. The Time Paradox: The New Psychology of Time That Will Change Your Life / P. G. Zimbardo, J. N. Boyd. - New York: Free Press, 2008. - 336 p.

[10] Merleau-Ponti, M. Phenomenology of Perception/M. Merleau-Ponti; trans. from fr. ed. I. S.

Vdovina, S. L. Fokina. - St. Petersburg: Yuventa; Science, 1999. - 605 s.

[11] Deleuze, J. Thousand Plateaus: Capitalism and Schizophrenia/J. Deleuze, F. Guattari; per. from fr. Ya. I. Svirsky. - Yekaterinburg: U-Factoria; Moscow: Astrel, 2010. - 892 s.

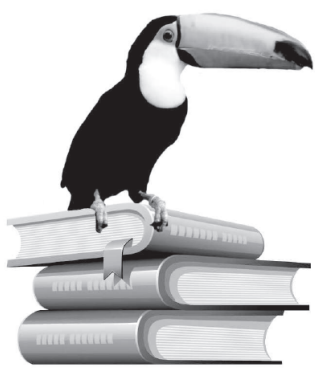
[12] Foucault, M. Supervise and punish. The Birth of a Prison/M. Foucault; per. From fr. V. Naumova. - Moscow: Ad Marginem, 1999. - 480 s.

[13] Bakhtin, M. M. The work of Francois Rabelais and the folk culture of the Middle Ages and the Renaissance/M. M. Bakhtin. - Moscow: Fiction, 1990. - 545 s.

[14] Iskandarov, R. R. Penitentiary psychiatry in the philosophical aspect: ontology, anthropology, epistemology, axiology/R. R. Iskandarov//Education and law. - 2025. - № 9. - S. 296-299. - EDN SGG-GZE.

[15] Iskandarov, R. R. Social connections in isolation: resource and risk for persons with addictions and mental disorders in the penitentiary system/R. R. Iskandarov//Law and management. - 2025. - № 6. - S. 359-363. - EDN FVPPJF.





ЮРКОМПАНИ

www.law-books.ru

Юридическое издательство
«ЮРКОМПАНИ»

Издание учебников,
учебных и методических
пособий, монографий,
научных статей.

Профессионально.

В максимально
короткие сроки.

Размещаем
в РИНЦ, Е-Library.