

269
444
Д-ръ Алексѣй Токаль.

801-16
864

ГИПНОТИЗМЪ

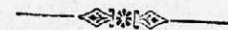
• ДЛЯ КАЖДАГО

съ практическимъ наставленіемъ о томъ, какъ
нужно гипнотизировать.

—
Пять лекцій.

—
Цѣна 1 руб.

Изданіе союза „Пирамида“ въ Лондонѣ,
61. High Holborn, London England.



ПРЕДИСЛОВІЕ.

О гипнотизмѣ, этомъ чрезвычайно важномъ вопросѣ человеческой психики, написана масса книгъ и брошюръ; однѣ изъ нихъ составлены учеными и предназначены исключительно для ученыхъ, вслѣдствіе чего онѣ недоступны широкой публикѣ, другія, наоборотъ, выпущены въ свѣтъ людьми малосвѣдущими, которые ни по своимъ познаніямъ, ни по своей специальности не подготовлены къ такой отвѣтственной задачѣ.

Авторомъ книжки, которую мы предлагаемъ благожелательному вниманію публики, является человекъ, специально посвятившій себя изученію загадочныхъ психологическихъ явленій и въ теченіе болѣе двадцати лѣтъ занимавшійся экспериментами въ этой области.

По нашей просьбѣ д-ръ Токаль составилъ книжку, представляющую собою въ сжатомъ и общедоступномъ изложеніи очень содержательный и солидный трудъ; эта книжка интересна вдвойнѣ: во первыхъ, она имѣетъ цѣлью познакомить широкіе круги публики съ сущностью гипнотизма, во вторыхъ, она содержитъ въ формѣ лекцій рядъ цѣнныхъ указаній и наставленій, которыми долженъ руководствоваться каждый, кто интересуется гипнотизмомъ въ его примѣненіи на практикѣ, въ жизни. Такого рода практическія указанія, основанныя на долготѣнномъ опытѣ, появляются въ печати въ популярномъ изложеніи впервые. Поэтому каждый, кому сложные психологическіе процессы кажутся заслуживающими вниманія, долженъ озаботиться приобрѣтеніемъ этой во всѣхъ отношеніяхъ интересной книжки.

58410-0



2011119335

И ф 16530-44



Что такое внушеніе и гипнозъ?

Въ основѣ гипнотизма лежатъ такъ называемыя внушенія. Мы поэтому сперва должны заняться вопросомъ: что такое внушеніе?

Каждый человѣкъ въ своей жизни имѣлъ случай убѣдиться въ силѣ такъ называемыхъ предвзятыхъ мнѣній; это психологическое явленіе можно наблюдать даже у дѣтей. Если, напр., ребенокъ падаетъ съ разбѣга, то онъ обыкновенно лежитъ и кричитъ, не дѣлая ни малѣйшей попытки встать: онъ увѣренъ, что при паденіи повредилъ себѣ какую нибудь часть тѣла и безъ посторонней помощи не въ состояніи подняться. Если его убѣдить, что онъ не причинилъ себѣ никакого вреда, то онъ встанетъ, какъ ни въ чемъ не бывало: слова убѣжденія отняли у него вѣру въ предвзятое свое мнѣніе.

Извѣстно, какое большое значеніе имѣютъ въ медицинѣ воздѣйствія на психическое состояніе больного. Такъ называемые ипохондрики увѣрены въ томъ, что ихъ здоровье сильно разстроено: они ощущаютъ нѣкоторое недомоганіе и если случайно прочтутъ въ энциклопедическомъ словарѣ какую-нибудь замѣтку, имѣющую отношеніе къ ихъ мнимой болѣзни, то тотчасъ же констатируютъ у себя всѣ симптомы этой болѣзни. Такіе больные могутъ излечиться лишь въ томъ случаѣ, если у нихъ какимъ-нибудь образомъ будетъ отнята вѣра въ свою болѣзнь, являющуюся источникомъ ихъ страданій. Но и въ тѣхъ случаяхъ, когда реальность болѣзенныхъ ощущеній не подлежитъ никакому сомнѣнію, психическія вліянія могутъ принести большую пользу больному и содѣйствовать его выздоровленію. Такъ, извѣстны факты, что люди, совершенно непричастные къ медицинѣ, достигали поразительныхъ результатовъ при леченіи нѣкоторыхъ болѣзней только благодаря той вѣрѣ, которую они сумѣли внушить своимъ пациентамъ. И самъ опытный

врачъ не можетъ не считаться съ этимъ факторомъ въ своей практикѣ.

Во многихъ случаяхъ вѣра въ авторитетъ врача приноситъ больше пользы больному, чѣмъ медикаменты — фактъ, подтверждаемый многочисленными опытами. Такъ, напр., одному больному, страдавшему нервной безсонницей, прописали измельченный въ порошокъ сахаръ въ качествѣ снотворнаго лекарства. Врачъ сумѣлъ внушить своему пациенту, что прописанное лекарство непременно подѣйствуетъ на него надлежащимъ образомъ, и дѣйствительно: невѣрный порошокъ повліялъ на него такъ, какъ будто это было настоящее наркотическое средство.

Какое огромное значеніе имѣетъ иногда предвзятая мысль, наглядно показываетъ слѣдующій малоизвѣстный случай, имѣвшій мѣсто въ Россіи въ вагонѣ курьерскаго поѣзда. Одинъ изъ кондукторовъ отправился въ вагонъ-ледникъ, который составляетъ необходимую принадлежность всѣхъ поѣздовъ, пробѣгающихъ большія разстоянія.

Когда кондукторъ находился внутри ледника, дверь съ наружной стороны была кѣмъ-то по недосмотру захлопнута; кондукторъ такимъ образомъ былъ запертъ въ ледникѣ. Между тѣмъ поѣздъ тронулся; кондукторъ зналъ, что холодильные аппараты, развивающіе сильный холодъ, дѣйствуютъ лишь тогда, когда поѣздъ находится въ движеніи. Прошло нѣсколько часовъ. Когда на какой-то станціи открыли ледникъ, то первое, что бросилось въ глаза вошедшимъ, былъ трупъ несчастнаго кондуктора. Охваченный ужасомъ смерти, онъ въ послѣднія минуты жизни написалъ на стѣнѣ вагона, въ которомъ былъ запертъ, нѣсколько словъ; изъ написаннаго можно было понять, что пострадавшій находился въ полной увѣренности, будто холодильные аппараты были пущены въ ходъ, между тѣмъ, на этотъ разъ, въ виду нѣкоторыхъ исключительныхъ обстоятельствъ, эти аппараты не работали. Кондукторъ же былъ убѣжденъ, что температура въ ледникѣ значительно понизилась, ощущение холода давало себя знать все сильнѣе и сильнѣе, наконецъ оно стало настолько нестерпимымъ, что несчастный былъ не въ силахъ бороться съ нимъ и испустилъ духъ. Въ дѣйствительности, какъ потомъ выяснилось, температура въ ледникѣ равнялась 10° выше нуля. При-

чиной смерти въ этомъ случаѣ было угнетенное состояніе духа, обусловленное силой предвзятаго мнѣнія.

Наоборотъ, кто умѣетъ вліять на свое собственное сознаніе въ смыслѣ повышенія энергіи и бодрости, тому удастся достигать результатовъ, которые, повидимому, превосходятъ человѣческія силы. Человѣкъ, абсолютно лишенный пищи, умираетъ обыкновенно на пятый или шестой день въ сильныхъ мученіяхъ.

Извѣстны, однако, случаи гораздо болѣе продолжительнаго голоданія. Такъ, знаменитый „голодовщикъ“ Сукки въ состояніи былъ выдержать голодовку въ теченіе цѣлыхъ 30 дней. Эксперименты Сукки доказываютъ, что человѣческій организмъ можетъ свободно обходиться безъ пищи въ теченіе указаннаго выше времени. Смерть наступаетъ не отъ голода, а отъ сопутствующихъ ему явленій—ощущенія боли и страха. Кто въ состояніи побѣдить боль и страхъ, тотъ во всякое время можетъ повторить опытъ Сукки. Конечно, подобной силой воли обладаютъ весьма немногіе.

Предвзятыя мысли, которыя, какъ описанныя выше, въ состояніи вліять на волю и сознаніе человѣка, извѣстны въ наукѣ подъ названіемъ „внушеній“; онѣ появляются либо непосредственно—самопроизвольно, либо со стороны, сознательно или безсознательно. Внушеніе, которымъ человѣкъ старается повліять на самого себя, называется самовнушеніемъ.

Внушенія всякаго рода играютъ въ жизни людей огромную роль, хотя далеко не всегда можно такъ опредѣленно выяснить ихъ характерныя черты, какъ въ приведенныхъ выше примѣрахъ. Всѣ великіе люди обязаны, по крайней мѣрѣ, частью частью своимъ успѣхамъ умѣнью внушить людямъ вѣру въ свое могущество.

Иначе невозможно объяснить то громадное вліяніе, которое оказывали на массы такіе крупныя личности, какъ Лютеръ или Наполеонъ. Успѣхи широковѣщательныхъ рекламъ, напр., тѣхъ, которыя такъ распространены въ Америкѣ, возможны лишь при одномъ условіи—способности публики легко поддаваться внушеніямъ, идущимъ со стороны.

Само собою понятно, что такого рода въ высшей степени важныя явленія человѣческой психики не могли остаться безъ детальнаго научнаго изслѣдованія и практическаго примѣненія. То и другое, однако,

— 8 —
стало возможнымъ лишь тогда, когда стали извѣстны явленія гипноза.

Гипнозъ былъ отчасти знакомъ уже древнимъ народамъ, но изучить его въ подробностяхъ удалось только въ девятнадцатомъ столѣтїи.

Гипнозомъ называется такое душевное состояніе, при которомъ человѣкъ поддается всякому внушенію, идущему со стороны. Глубокій гипнозъ имѣетъ большое внѣшнее сходство со сномъ, но по существу сильно отличается отъ него. Загипнотизированный теряетъ свою волю; ея мѣсто занимаетъ воля гипнотизера, который всецѣло подчиняетъ своей власти психику лица, находящагося въ гипнотическомъ состояніи.

Гипнозъ можно раздѣлить на нѣсколько стадій, которыя, однако, довольно трудно выдѣлить особо.

Я охотно присоединяюсь къ тому подраздѣленію, которое предложилъ профессоръ Форель. Согласно этому подраздѣленію, гипнозъ распадается на слѣдующіе моменты.

1. Сонливость. Гипнотизируемый можетъ еще при напряженіи всѣхъ своихъ силъ противостоятъ гипнозу и открывать глаза.

2. Легкій гипнотическій сонъ, извѣстный подъ названіемъ гипотаксіи. Гипнотизируемый не въ состояніи болѣе открывать глаза, принужденъ повиноваться нѣкоторымъ внушеніямъ и, проснувшись, припоминаетъ все, что съ нимъ было продѣлано.

3. Глубокій гипнотическій сонъ или сомнамбулизмъ. Гипнотизируемый повинуетъ всѣмъ внушеніямъ. Нѣкоторыя явленія, которыя при этомъ наблюдаются, какъ, напр., капестезія и катаплексія, будутъ описаны ниже. Послѣ пробужденія загипнотизированный ничего не помнитъ; эта потеря памяти называется амнезіей. Наконецъ, существуютъ извѣстнаго рода внушенія, результатъ которыхъ обнаруживается лишь послѣ пробужденія; это такъ называемыя послѣгипнотическія воздѣйствія.

Подойдемъ теперь ближе къ тайнамъ, окружающимъ гипнотизмъ, и займемся ими практически, потому что только практика даетъ истинное представленіе о затронутыхъ здѣсь вопросахъ.

— 9 — Что долженъ знать и принять къ свѣдѣнію гипнотизеръ?

Для производства гипнотического эксперимента необходимо соблюденіе цѣлаго ряда правилъ, рекомендуемыхъ наиболѣе извѣстными авторитетами. Вотъ эти правила.

1. Никто не долженъ подвергаться гипнотизированію противъ воли; наоборотъ, гипнотизируемое лицо должно до начала опыта ясно и опредѣленно заявить, что оно даетъ свое согласіе на этотъ опытъ.

2. Никогда не слѣдуетъ приступать къ гипнотизированію безъ свидѣтелей: это единственное вѣрное средство, находящееся въ распоряженіи гипнотизера, чтобы отклонить отъ себя всякое подозрѣніе въ томъ, что, пользуясь невмѣняемымъ состояніемъ гипнотизированной личности, онъ позволилъ себѣ совершить по отношенію къ ней какой-нибудь поступокъ, либо некорректный вообще, либо такой, который предусмотрѣнъ уголовнымъ закономъ. Лучше всего брать свидѣтелей не изъ числа своихъ собственныхъ знакомыхъ, а изъ того круга людей, въ которомъ обыкновенно вращается гипнотизируемая личность.

3. Нужно избѣгать такого рода экспериментовъ, которые могли бы дурно отразиться на организмѣ или на психикѣ гипнотизируемой личности.

Изучить гипнотизированіе по моему методу, подробное описаніе котораго находится ниже, можетъ всякій, кто обладаетъ извѣстными необходимыми здѣсь качествами и познаніями. При наличности этихъ условій гипнотизированіе становится доступнымъ каждому. Гипнотизеръ долженъ удовлетворять слѣдующимъ требованіямъ.

1. Онъ долженъ быть физически здоровъ. Гипнотизированіе связано съ напряженной физической работой, для которой люди больные или слабаго здоровья, естественно, мало пригодны.

2. Онъ долженъ имѣть крѣпкіе нервы.

Сущность гипнотизма далеко еще не изслѣдована во всѣхъ деталяхъ; поэтому въ данной области иногда приходится наталкиваться на совершенно непредвидѣнные обстоятельства, и въ такихъ случаяхъ очень важно не терять присутствія духа, а наоборотъ, сохранять

полное самообладание. Такъ, напр., при пробужденіи загнипнотизированнаго нужно соблюдать большую осторожность, такъ какъ иногда это пробужденіе дается съ большимъ трудомъ. Извѣстны случаи, когда возвратить загнипнотизированнаго къ бодрственному состоянію удавалось лишь по истеченіи многихъ часовъ, и тутъ-то нужно хладнокровіе въ полномъ объемѣ: кто теряется, тотъ легко можетъ упустить изъ виду необходимыя мѣры предосторожности и этимъ причинить большой вредъ человѣку, находящемуся въ состояніи гипноза.

3. Онъ долженъ обладать твердой волей. Внушеніе, какъ мы видѣли, состоитъ въ томъ, чтобы принудить другого человѣка къ воспріятію извѣстнаго представленія; поэтому экспериментаторъ долженъ обладать особымъ умѣньемъ концентрировать свою волю, чтобы имѣть возможность воздѣйствовать на другихъ.

4. Онъ долженъ имѣть терпѣніе и выдержку. Для того, чтобы добиться успѣха при гипнотизированіи, приходится часто дѣлать повторные опыты. Человѣкъ нетерпѣливый, желающій какъ можно скорѣе придти къ цѣли, ничего не добьется.

5. Онъ долженъ быть человѣкомъ безукоризненной нравственности. Недобросовѣстный индивидуумъ можетъ легко злоупотребить своей безконтрольной властью надъ лишенной своей воли загнипнотизированной личностью. Но и человѣкъ, отличающійся не столько дурнымъ, сколько легкомысленнымъ характеромъ, также можетъ поддаться искушенію воспользоваться представившимся случаемъ, чтобы совершить какой-нибудь необдуманный поступокъ.

7. Гипнотизеръ долженъ быть непоколебимо увѣреннымъ въ своемъ умѣнии гипнотизировать; только въ этомъ случаѣ онъ въ состояніи передать эту увѣренность другимъ. У него не должно быть и тѣни сомнѣнія въ томъ, что его опытъ можетъ при какихъ-бы то ни было условіяхъ потерпѣть неудачу.

7. Сообразно съ этимъ, онъ долженъ держать себя увѣренно, въ сознаніи своей неотразимой силы. Малѣйшее, даже скоро преходящее проявленіе неуувѣренности въ движеніяхъ можетъ внушить гипнотизируемой личности сомнѣніе въ силахъ и умѣнии гипнотизера.

8. Желательно, чтобы гипнотизеръ обладалъ хорошими манерами, чтобы онъ былъ вѣжливъ и обхо-

дителенъ въ обращеніи. Грубость отталкиваетъ и разрушаетъ симпатію между гипнотизируемымъ и экспериментаторомъ. Далѣе, всѣ движенія его должны по возможности быть пріятны и ловки. Магнетическіе пассы слѣдуетъ производить легко и увѣренно, не безъ извѣстной даже элегантности.

9. Такъ какъ явленія гипноза обусловлены нѣкоторыми измѣненіями въ нервной системѣ человѣка, то интересующійся этими явленіями долженъ имѣть представленіе о строеніи человѣческаго тѣла и функціяхъ его, вообще онъ долженъ обладать извѣстными медицинскими познаніями. Эти познанія необходимы прежде всего для того, чтобы опредѣлить, годится ли данный субъектъ по своему физическому складу для гипнотическихъ экспериментовъ, или нѣтъ; главнымъ же образомъ, они нужны гипнотизеру для того, чтобы избѣжать вредныхъ послѣдствій при гипнотизированіи особъ больныхъ или склонныхъ къ заболѣваніямъ въ легкой формѣ.

10. Между гипнотизеромъ и гипнотизируемымъ должны быстро установиться добрыя отношенія, они должны чувствовать другъ къ другу даже нѣкотораго рода симпатію. Подвергающійся гипнотическому эксперименту долженъ имѣть полное довѣріе къ гипнотизеру и безусловно вѣрить въ его магнетическую силу.

Нерасположеніе и сопротивленіе со стороны гипнотизируемой особы трудно, конечно, побѣдить, хотя опытный гипнотизеръ и въ этомъ случаѣ выйдетъ изъ затрудненія. На благопріятный исходъ при лѣченіи различныхъ болѣзней большое вліяніе оказываетъ вѣра пациента въ авторитетъ врача; тутъ имѣются въ виду люди серьезно больные, которые понимаютъ, что, вслѣдствіе своей беспомощности, они всецѣло зависятъ отъ врача и поэтому довѣрчиво подчиняются всѣмъ его указаніямъ и совѣтамъ. Тѣмъ въ большей мѣрѣ требуется довѣріе и вѣра въ авторитетъ гипнотизера, такъ какъ ему приходится имѣть дѣло большею частью съ людьми нормальными, здоровыми физически и духовно, которыхъ гораздо труднѣе подчинять своему вліянію, чѣмъ людей больныхъ.

11. Гипнотизеръ, приступая къ эксперименту, долженъ чувствовать себя свѣжимъ и бодрымъ. Этимъ настроеніемъ онъ долженъ быть обязанъ своему живому отъ природы темпераменту, а никакъ не искус-

ственнымъ средствамъ возбужденія, какъ, напр., спиртнымъ напиткамъ и проч. Что-бы вообще быть застрахованнымъ отъ искушенія прибѣгать къ подобнымъ средствамъ, гипнотизеръ долженъ вести спокойный, нормальный образъ жизни и соблюдать разумную діету. Непосредственно послѣ обильнаго приѣма пищи человѣкъ обыкновенно дѣлается мало-подвижнымъ и неспособнымъ подчинять своему вліянію другихъ на болѣе или менѣе продолжительный срокъ.

12. Слѣдуетъ, наконецъ, имѣть въ виду, что для успѣха гипнотического опыта важно, что-бы гипнотизируемая личность непосредственно передъ опытомъ не позволяла себѣ никакихъ гастрономическихъ излишествъ, въ особенности же избѣгла употребленія возбуждающихъ напитковъ. Чѣмъ естественнѣе и нормальнѣе настроеніе лица, подвергающагося гипнотическому эксперименту, чѣмъ болѣе соответствуетъ состояніе его духа свойственному ему природному темпераменту, тѣмъ болѣе надеждъ на успѣхъ имѣетъ этотъ экспериментъ.

Кто можетъ и кто долженъ подвергаться гипнотизированію?

Статистическія данныя, полученныя на основаніи произведенныхъ опытовъ, показываютъ, что изъ всѣхъ лицъ, подвергавшихся гипнотизированію, 10% оказались внѣ сферы гипнотическихъ воздѣйствій. Разумѣется, эти статистическія данныя касаются лишь тѣхъ лицъ, которыхъ вообще можно гипнотизировать; многихъ же совсѣмъ нельзя гипнотизировать, а именно:

1. Очень маленькихъ дѣтей, въ возрастѣ до 4—5 лѣтъ, потому-что они не въ состояніи еще концентрировать свое сознаніе въ опредѣленномъ направленіи.

2. Людей весьма преклоннаго возраста, совершенно утратившихъ силу воли.

3. Больныхъ, страдающихъ порокомъ сердца въ тяжелой формѣ. Пребываніе въ гипнотическомъ состояніи, требующемъ извѣстнаго напряженія силъ, очень вредно отзывается на ихъ здоровьѣ; ужъ ради одного того, чтобы умѣть различать сердечныхъ боль-

ныхъ и не браться за ихъ гипнотизированіе, гипнотизеръ долженъ хоть немного знать медицину.

4. Больныхъ лихорадкой.

5. Сумасшедшихъ.

6. Пьяныхъ. Такихъ подчасъ очень легко загипнотизировать, но для гипнотическихъ экспериментовъ они вообще мало пригодны.

Всѣ остальные лица въ количествѣ 90% оказались доступными гипнотическимъ внушеніямъ. Въ моей практикѣ мнѣ никогда не приходилось наталкиваться на такіе случаи, гдѣ мои приемы гипнотизированія не приводили-бы къ цѣли. Конечно, этимъ благоприятнымъ результатамъ я всецѣло обязанъ своему методу, о которомъ рѣчь впереди.

Всегда легко удастся гипнотизировать тѣхъ лицъ, надъ которыми однажды уже былъ удачно произведенъ гипнотическій экспериментъ.

Съ другой стороны, очень трудно произвести подобный опытъ надъ людьми, которые твердо убѣждены въ томъ, что они абсолютно не поддаются гипнозу.

Неожиданныя потрясенія иногда вліяютъ на нихъ въ желательномъ для гипнотизера направленіи, но вообще лучше не прибѣгать къ подобнаго рода средствамъ; гораздо больше пользы приноситъ неутомимая выдержка. Кто неуклонно преслѣдуетъ разъ намѣченную цѣль и не теряетъ энергіи при первыхъ неудачахъ, тотъ въ концѣ концовъ добивается полного успѣха.

Съ другой стороны, извѣстна категория людей, которые сильно вѣрятъ въ могущество гипноза и воображаютъ, что они оказываютъ экспериментатору большую услугу, притворяясь загипнотизированными. Если попадаютъ такіе симулянты, то самое лучше неослабно продолжать опыты надъ ними, и тогда очень часто притворство превращается въ дѣйствительность.

Методы гипнотизированія.

Извѣстно болѣе 30-ти методовъ вызывать состояніе гипноза. Наиболѣе дѣйствительные изъ нихъ можно раздѣлить на четыре группы.

1. Методъ неожиданныхъ потрясеній, вызываемыхъ страхомъ. Неожиданный страхъ подвергаетъ обычно-

всего человека в состояние временного оцепенения, которое свойственно также и гипнозу.

Аббат Фария часто применял этот метод; он садился против гипнотизируемого субъекта и принимал пристально смотреть на него; затем, спустя некоторое время, он внезапно вскакивал с места, выпячивал руки вперед и кричал повелительным голосом: „Спи!“ Аббату, обладавшему рослой фигурой и представительной наружностью, много раз удавалось таким способом вызвать гипноз. В новейшее время к методу устрашения прибегал Шарко, но в такой форме, которая возбудила со всех сторон живейшее негодование. Этот метод вообще следовало бы совершенно оставить, и вот почему: во-первых, он не действует навряд, — в очень многих случаях применение его оказывалось безрезультатным; во-вторых, он вовсе всякого сомнения вреден для здоровья, в особенности для здоровья нервных людей, которые часто долго не могут оправиться от дурных последствий обусловленных пережитым страхом.

2. Метод пристального разглядывания какого-нибудь предмета, большею частью блестящего, для того, чтобы вызвать гипнотический сон. Этот метод был известен уже в древности индийским монахам. Они натирали себя маслом пупок, придавали ему таким путем глянцеобразный вид, затем садились на землю с поджатыми ногами и неподвижно созерцали блестящий пупок до тех пор, пока ими не овладевал сон, сопровождавшийся удивительными галлюцинациями. Известно, что можно гипнотизировать животных. Заставляя их подолгу смотреть на какой-нибудь предмет. Если осторожно посадить курицу на стол и затем провести мѣлом от ее клюва черту по поверхности стола, то она впивается глазами в эту черту и впадает в гипнотическое состояние. Этот метод был разработан Бредом и применен им для экспериментов над людьми. На некотором расстоянии от гипнотизируемого субъекта, несколько выше его глаз, Бред держал какой-нибудь блестящий предмет, обыкновенно ланцет, и приказывал внимательно смотреть на него. По прошествии 10—20 минут, субъект большею частью погружался в гипнотический сон. В новейшее время этот метод по-

вергся некоторому изменению — именно, вместо ланцета стали употреблять стеклянную призму или металлический кружок (hypnotic disc); некоторые предпочитают гипнотизировать собственным взглядом, пристально впиваясь глазами в глаза медиума. Не подлежит сомнению, что этими средствами можно вызвать у человека сон. Но этот последний далеко не всегда есть гипноз, а очень часто это — обыкновенный естественный сон, который ничего общего с гипнотическим состоянием не имеет.

3. Гипнотизирование посредством убеждения (словесное внушение). Это излюбленный способ нансийской школы. Этим путем профессора Бернгейм и Либо достигали блестящих результатов. Но нужно иметь в виду, что они, имея репутацию знаменитых врачей, тем самым заранее пользовались уже большим авторитетом; кроме того, не надо также забывать, что они имели в своих руках весьма благодарный материал, именно, больных больших клиник, т. е. людей покорных, послушных и неизбалованных. Обыкновенному человеку приходится экспериментировать в совершенно иной обстановке, а потому его опыты не могут иметь такой успех.

4. Гипнотизирование посредством равномерно проводимых по телу поглаживаний или такъ называемых пассов. Этот способ известен еще с давних пор. Уже Месмер пользовался им для своих опытов. Метод пассов также не безусловно надежен; он действует таковым лишь в том случае, когда вместе с ним пускаются в ход другие вспомогательные средства. Большую пользу приносит в этом случае убеждение словом. Далее, известно, что организм приходит в состояние сонливости, когда циркуляция крови несколько задерживается. Это достигается легким нажатием на кровеносные сосуды в тех местах, где пульс легче всего нащупывается, именно: на висках или на шее. Все эти способы нашли себе применение в моем методе, в чем внимательный читатель не замедлит, конечно, убедиться.

Мой метод во всех отношениях лучше других. Он верен и надежен и никогда не терпит неудачи.

Он вполне безопасен, так как не прибегает к неожиданным эффектам, идет к цели

медленно, но вѣрно, постепенно развѣртываясь и давая своими паузами отдыхъ какъ гипнотизеру, такъ и гипнотизируемому.

Онъ легко можетъ быть изученъ, такъ какъ для его изученія не требуется ни особыхъ знаній, ни особыхъ способностей.

Онъ тщательно разработанъ и предусматриваетъ всѣ необходимыя детали, благодаря чему устраняетъ возможность ошибокъ.

Онъ примѣняется мною съ успѣхомъ въ теченіе болѣе 20 лѣтъ.

Кто усвоитъ себѣ этотъ методъ, тотъ долженъ будетъ придти къ заключенію, что изъ всѣхъ извѣстныхъ доселѣ это самый практичный, удобный и цѣлесообразный.

Практическое руководство къ изученію искусства гипнотизированія въ пяти лекціяхъ.

Предварительныя замѣчанія.

Комната, въ которой предполагается производить гипнотическіе эксперименты, должна быть совершенно тихой; шумъ, рѣзкіе звуки, громкіе разговоры вблизи безусловно недопустимы. Кромѣ необходимыхъ свидѣтелей, не должно быть посторонней любопытной, а въ особенности шумливой публики. Мебель и обои не должны быть окрашены въ пестрые кричащіе цвѣта. Надо обращать вниманіе на то, чтобы свѣтъ—все равно дневной или искусственный, былъ равномерно распределенъ по всей комнатѣ, и чтобы онъ не рѣзалъ глазъ своей яркостью. Хорошій воздухъ и ясная погода способствуютъ успѣху опыта. Полъ долженъ быть устланъ ковромъ. Стулья не должны имѣть ни слишкомъ жесткихъ, ни слишкомъ мягкихъ сидѣній; спинка необходима. Лучше всего усаживать лицо, подвергающееся эксперименту, на стулъ, сдѣланный изъ мягкаго тростника, безъ боковыхъ ручекъ.

Никогда не нужно гипнотизировать болѣе двухъ человѣкъ сразу, самое лучшее дѣлать опытъ надъ однимъ только. Если, однако, приходится гипнотизировать двухъ, то, надо имѣть въ виду слѣдующее: обѣ

персоны не должны принадлежать къ категоріи перзыхъ людей: слѣдуетъ подбирать себѣ такихъ медиумовъ, чтобы одинъ изъ нихъ былъ нервнымъ, а другой отличался нормальнымъ, спокойнымъ характеромъ.

Опытъ гипноза производится сначала надъ одной, потомъ надъ другою особою. Во время опыта гипнотизеръ долженъ быть все время на ногахъ.

Лекція первая.

Гипнотизируемая особа садится на стулъ, слегка откидывается на спинку, непринужденно вытягиваетъ ноги, свободнымъ движеніемъ опускаетъ руки на колѣни.

Упражненіе 1. Гипнотизеръ приказываетъ ей: «закройте глаза!» Затѣмъ онъ прикладываетъ свои руки къ ея лбу такимъ образомъ, что большіе пальцы прикасаются другъ къ другу и слегка прижимаются къ кожѣ, остальные же пальцы и ладони находятся въ воздухѣ, располагаясь по обѣимъ сторонамъ головы. Теперь нужно сдѣлать магнетическій пассъ, который производится съ помощью большихъ пальцевъ легкимъ поглаживаніемъ лба и прилегающей къ нему части головы; поглаживаніе лба ведется по линіи, граничащей съ тѣмъ мѣстомъ, гдѣ начинаютъ расти волосы. При прикосновеніи къ ушамъ нужно средними пальцами слегка нажать на шейныя вены, находящіяся позади ушей; это дѣлается для того, чтобы замедлить токъ крови, идущей къ головѣ. Магнетическій пассъ, обойдя голову и шею, продолжается дальше книзу по направленію къ локтямъ и кистямъ рукъ—три раза къ первымъ и три раза ко вторымъ, причемъ руки гипнотизера не касаются вовсе тѣла гипнотизируемаго, скользя на нѣкоторомъ разстояніи отъ него.

Въ движеніяхъ гипнотизера не должно быть ничего рѣзкаго и грубаго; пассы должны производиться такимъ образомъ, чтобы пальцы не задѣвали волосъ, чтобы гипнотизируемый не испытывалъ никакихъ толчковъ. По окончаніи каждаго пасса гипнотизеръ опускаетъ свои руки вполнѣ, раздвигая ихъ въ обѣ стороны. Всѣ свои движенія онъ долженъ производить въ формѣ кривыхъ легко, свободно и изящно.

Упражненіе 2. Гипнотизеръ кладетъ свою лѣвую руку на затылокъ гипнотизируемаго, а правую подно-

ситъ къ его глазамъ такимъ образомъ, что большой и средний пальцы приходятъ въ соприкосновение съ венами, расположенными на вискахъ. Въ такомъ положеніи гипнотизеръ пребываетъ около 1/2 минуты. Эта манипуляція, также какъ одна изъ предыдущихъ, имѣетъ своей цѣлью замедлить въ извѣстной степени циркуляцію крови.

Упражнения 1 и 2 нужно повторить; при этомъ слѣдуетъ соблюдать полнѣйшую тишину.

Затѣмъ гипнотизеръ предлагаетъ гипнотизируемой личности какой-нибудь вопросъ, что-бы убѣдиться, уснула-ли она, или нѣтъ, но не дожидается отвѣта, а щелкнувъ пальцемъ передъ ея лицомъ, заявляетъ увѣреннымъ тономъ, „такъ и есть!“ Вступать съ нею въ разговоръ не нужно, слѣдуетъ ограничиться лишь слѣдующими фразами: „благодарю васъ! Завтра мы снова увидимся“.

Загипнотизировать вышеописаннымъ способомъ удается съ перваго раза только тѣхъ лицъ, которые однажды уже находились въ гипнотическомъ состояніи. По отношенію къ другимъ опытъ слѣдуетъ повторить по-крайней мѣрѣ дважды, а въ особо трудныхъ случаяхъ—около двадцати разъ. Мнѣ лично удается усыпление довольно быстро, благодаря мнолѣтнему опыту въ этомъ дѣлѣ. Начинаящимъ на первыхъ порахъ, естественно, трудно добиться цѣли.

Приведенныя выше упражнения слѣдуетъ повторять ежедневно, но не больше одного раза въ сеансъ.

Лекція вторая.

Вторая лекція начинается съ повторенія первой полностью. Послѣ наступленія сна слѣдуетъ приказаніе „есть!“ Затѣмъ переходятъ къ

упражненію 3. Послѣ того какъ субъектъ снова закрылъ глаза, кладутъ лѣвую руку на его затылокъ и соединяютъ легкимъ прикосновеніемъ большого и указательнаго пальцевъ шейныя вены. Правую руку вытягиваютъ и производятъ ею легкіе пассы подъ глазами сверху внизъ, но безъ непосредственнаго соприкосновения. Это продолжается около полуминуты.

Упражненіе 4. Гипнотизеръ беретъ лѣвой рукой правую руку медиума такимъ образомъ, что его большой палецъ находится на ладони медиума, а остальные пальцы подъ нею. Большимъ пальцемъ правой руки онъ

крѣпко нажимаетъ на переносицу, а лѣвую ладонь простираетъ надъ головой субъекта. Нѣсколько минутъ спустя онъ говоритъ, отводя голову субъекта немного назадъ: „вы ужъ не можете открыть глаза“. Послѣ короткой паузы приблизительно въ пять секундъ слѣдуетъ приказаніе „есть“.

Это упражненіе даетъ всегда хорошій результатъ, если только предыдущія были удачны.

Лекція третья.

Итакъ, я знаю, что гипнотизируемый субъектъ подчиненъ мнѣ. Для провѣрки я повторяю въ третьей лекціи всѣ упражнения. Дальнѣйшія манипуляціи служатъ для укрѣпленія этого подчиненія.

Упражненіе 5. Сперва заставляютъ медиума закрывать и снова открывать глаза. Онъ находится въ гипнотическомъ снѣ. Затѣмъ кладутъ его руки одну на другую и въ такомъ положеніи на свою лѣвую руку, такимъ образомъ, что концы пальцевъ касаются пульса. Правой рукой проводятъ магнетическіе пассы надъ руками до кистей. Затѣмъ нажимаютъ большимъ пальцемъ на переносицу, какъ это указано въ упражненіи 4-омъ, и держатъ распростертую правую руку ладонью надъ головой субъекта, смотря ему пристально въ глаза. Послѣ нѣкоторой паузы говорятъ:

„Вы не можете отнять руки!“ А вскорѣ послѣ этого: „есть“!

Пробужденіе должно произойти быстро, потому что медиумъ можетъ скоро выйти изъ состоянія оцѣпененія и отнять руки. А этого не должно случиться, потому что въ такомъ случаѣ вліяніе гипнотизера сдѣлалось бы безпрерывнымъ.

Упражненіе 6. Медиумъ легко складываетъ руки. Его заставляютъ закрыть глаза и проводятъ надъ ними легкіе магнетическіе пассы. Затѣмъ приказываютъ: „дышите медленно!“ и проводятъ пассы, какъ въ упражненіи 1: отъ лба до рукъ, повторяя ихъ шесть разъ. „Откройте глаза!“ Затѣмъ пристально смотрятъ въ глаза медиума. Послѣ этого происходитъ, какъ въ предыдущихъ упражненіяхъ, нажатіе большого пальца на переносицу.

„Вы не можете разнять руки!“ Краткая пауза „Есть“.

Упражненіе 7. Глаза открыты. Длинные пассы

отъ лба до ногъ. Какъ въ упражненіи первомъ, короткое легкое нажатіе по пути на шейныя вены. „Откройте глаза!“—„Вы не можете встать“.—„Есть“!

Упражнение 8. Медіумъ складываетъ руки надъ головой. Глаза закрываютъ и проводятъ надъ ними легкіе пассы (какъ въ упражненіи 3-емъ). Затѣмъ слѣдуютъ пассы отъ кистей до локтей. „Откройте глаза“.—„Вы не можете отнять руки“.—„Есть“!

Лекція четвертая.

Тѣло медіума находится теперь въ полномъ моемъ подчиненіи. Я повторяю упражненіе 1—8 и за симъ перехожу къ послѣднему испытанію.

Упражнение 9. Глаза закрыть и снова открыть. Руки медіума съ согнутыми локтями находятся передъ его грудью. Смотрятъ ему въ глаза и приказываютъ: „разнимите руки“! Послѣ паузы. „Вы не можете ихъ удержать.“—„Есть“!

Это автоматическое упражненіе является послѣднимъ физическимъ доказательствомъ, т. е. доказательствомъ господства надъ тѣломъ субъекта. За симъ слѣдуютъ психическія воздѣйствія, коими достигается и укрѣпляется господство надъ духомъ медіума.

Упражнение 10. „Закройте глаза!—Дышите медленно, спокойно, и совсѣмъ... медленно“! Берутъ одну руку медіума въ свою, а другою проводятъ легкіе магнетические пассы надъ глазами. Затѣмъ ровнымъ тихимъ голосомъ начинаютъ медленно и монотонно говорить. Возьмемъ для примѣра наиболѣе простую тему: „Сегодня чудный вечеръ. Мы въ зоологическомъ саду. Слева и справа отъ васъ деревня, по серединѣ широкая дорога, по которой вы гуляете“. Я описываю въ общихъ чертахъ, но болѣе или менѣе подробно всю окрестность. Когда я полагаю, что внушеніе подѣйствовало, я приказываю „Есть“.

Весьма вѣроятно, что субъектъ проснется не тотчасъ-же.

Приказаніе повторяютъ нѣсколько разъ быстро, ясно одно за другимъ. Если это оказывается еще недостаточнымъ, то проводятъ сильныя магнетическіе пассы снизу вверхъ, хлопаютъ въ ладоши и говорятъ „Есть“!

Въ виду того, что слѣдующія упражненія становятся болѣе сложными, слѣдуетъ для укрѣпленія связи между гипнотизеромъ и медіумомъ повторить упраж-

ненія 1—9 (т. е. всѣ, кромѣ десятого). Затѣмъ слѣдуетъ

упражненіе 11. Оно начинается съ повторенія манипуляцій упражненія десятого. Заводятъ разговоръ вродѣ предыдущаго. Прекрасный лѣтній день. Вы гуляете по парку. Описываютъ по возможности точно окрестность. „Откройте глаза. Глядите, вотъ прямо передъ нами стоитъ дерево со многими вѣтвями. Сквозь верхушку просвѣчиваетъ солнце. Позади между деревьями показывается что то. Двигается нѣчто бурое. Оно приближается къ намъ. Теперь мы узнаемъ, что это. Это лань. Вы видите ее“! Непосредственно засимъ: „Есть“!

Медіуму кажется, будто онъ отчетливо видитъ все, что вы ему такимъ образомъ описываете.

Послѣ того какъ вы внушили медіуму, что онъ видитъ то, что въ дѣйствительности не существуетъ, слѣдующая задача заключается въ томъ, чтобы заставить его въ гипнозѣ дѣйствовать.

Упражненіе 12. Начало, какъ въ упражненіяхъ 10-мъ и 11-мъ. „Предъ вами протекаетъ рѣка. Тамъ должно быть много рыбы. Откройте глаза и посмотрите сами! Вотъ плыветъ одна. Она серебристо сѣраго цвѣта съ красными крапинками. Это форель. Мы сейчасъ поймемъ ее. Но для этого намъ нужна сѣть. Вотъ она, возьмите ее!“ При этомъ къ нему протягиваютъ руки, какъ бы передавая сѣть. Медіумъ беретъ эту несуществующую сѣть, которую, какъ ему кажется, онъ ясно ощущаетъ, и дѣлаетъ движеніе, какъ будто забрасываетъ ее.

„Есть“!

Упражненіе 13. Теперь мы переходимъ къ внушенію, подѣ влияніемъ котораго медіумъ производитъ какое нибудь дѣйствіе полностью. Его заставляютъ закрыть и снова открыть глаза. Затѣмъ начинаютъ говорить, напр.: „Посмотрите на вашъ жилетъ! Вы ничего въ немъ не замѣчаете? Вѣдь вы надѣли его на изнанку. Подкладка снаружи! Такъ нельзя, въ такомъ видѣ вы не можете показаться! Вы должны тотчасъ же переодѣться“. Медіумъ снимаетъ жилетъ и, перевернувъ его, надѣваетъ на изнанку. „Есть“.

Если гипнотизируемый субъектъ дама, то вмѣсто жилета приказываютъ снять, положимъ, мантилью.

Въ заключеніе можно произвести и другія подобныя внушенія. Напр.: „У васъ на носу сидитъ муха. Прогоните ея!“ или „Вотъ бѣжитъ собака, она хочетъ укусить васъ. Вотъ вамъ палка—защищайтесь!“ и т. д.

Лекція пятая.

Предъ началомъ этой послѣдней лекціи рекомендуется еще разъ провѣрить дѣйствительное функционированіе физическаго и психическаго воздѣйствія, для чего слѣдуетъ повторить всѣ предыдущія упражненія. Потому что теперь предстоитъ вызвать явленія, наиболѣе характерныя для гипноза.

Упражненіе 14. „Закройте глаза! Спите!“ Оппраютъ осторожно, но плотно лѣвую руку на затылокъ медиума и нажимаютъ шейныя вены. Правую руку кладутъ на его лобъ. Въ такомъ положеніи остаются 5—10 минутъ. Когда заснетъ, отнимаютъ руку. Медиумъ находится теперь въ самомъ глубокомъ гипнотическомъ снѣ, въ сомнамбулизмѣ.

Берутъ иглу (обратите вниманіе, чтобы она была чистая!) и протыкаютъ ею руку субъекта.

Онъ ничего не чувствуетъ.

Вырываютъ изъ головы волосъ,—онъ не ощущаетъ никакой боли.

Его можно щипать, гдѣ угодно, и онъ не замѣтитъ этого.

Такое состояніе полной нечувствительности называется анестезіей, и это явленіе представляетъ собой одно изъ наиболѣе характерныхъ различій между естественнымъ и гипнотическимъ сномъ.

Приказаніе „Есть!“ едва ли разбудитъ субъекта, даже если повторить его нѣсколько разъ, ибо такой сонъ очень крѣпокъ. Теперь производятъ магнетическіе пассы, описанные въ упражненіи 10-мъ, снизу вверхъ. Не слѣдуетъ пугаться, если медиумъ не просыпается такъ быстро. По правиламъ, для этого необходимо по крайней мѣрѣ три минуты, иногда сонъ продолжается полъ часа, а въ нѣкоторыхъ случаяхъ еще дольше. Прежде всего, однако, слѣдуетъ, остерегаться насильственныхъ дѣйствій, какъ то встряхиванья или криковъ. Не слѣдуетъ брызгать лицо водою и ни въ коемъ случаѣ нельзя звать кого-либо на помощь. Все будетъ достигнуто естественнымъ путемъ, нужно лишь имѣть терпѣніе.

Упражненіе 15. Обманъ чувствъ, котораго мы уже отчасти достигли въ упражненіяхъ 11—13, можно вызвать теперь съ поразительнымъ успѣхомъ. Усыпленному медиуму приказываютъ открыть глаза и даютъ ему лукъ. „Вотъ вамъ прекрасное яблоко, оно вамъ понравится. Отвѣдайте его!“ Медиумъ вѣстъ вмѣсто яблока лукъ безъ малѣйшаго признака отвращенія, а, напротивъ, съ явнымъ удовольствіемъ.

Даютъ стаканъ воды и внушаютъ: „вотъ вамъ стаканъ вина“. Медиумъ приметъ жидкость за вино. Внушеніе можно измѣнять поминутно, и тотъ же стаканъ воды медиумъ станетъ пить какъ сельтерскую воду, фруктовый сиропъ, лѣкарство, шоколадъ и т. п. Еще больше — для этого вовсе не нужно стакана. Медиумъ будетъ испытывать тѣ же вкусовыя ощущенія и при воображаемомъ, внушенномъ стаканѣ.

Если вы ему скажете: „у васъ на указательномъ пальцѣ правой руки свѣжая рана“, то онъ почувствуетъ боль, увидитъ струящуюся кровь, по приказанію приложитъ вмѣсто пластыря кусочекъ бумаги и тотчасъ же почувствуетъ облегченіе.

Упражненіе 16. Явленіе, подобное по своей рѣдкости анестезіи, вызванной въ упражненіи 14-омъ, есть каталепсія.

Подъ этимъ словомъ мы понимаемъ состояніе паралича, полной неподвижности отдѣльныхъ членовъ или всего тѣла.

Медиумъ долженъ вытянуть руку. Гипнотизеръ производитъ магнетическіе пассы отъ плеча до конца пальцевъ, причемъ все время пристально смотритъ медиуму въ глаза. Спустя короткое время, рука послѣдняго деревенѣетъ.

Субъектъ не въ состояніи двигать ею. Лишь при сильномъ давленіи удастся другому лицу вывести руку изъ этого положенія, но послѣ прекращенія давленія она принимаетъ прежнее положеніе.

Затѣмъ медиума ставятъ, кладутъ руки на его затылокъ или на лобъ и проводятъ пассы сверху внизъ надъ всѣмъ тѣломъ. Послѣднее совершенно деревенѣетъ, какъ полѣно.

Во время такого глубокаго сна можно произвести слѣдующій неоднократно испытанный опытъ. Медиума кладутъ на три стула такимъ образомъ, что затылокъ лежитъ на одномъ стулѣ, а ноги на другомъ, третій же

стулъ подсовываютъ подъ туловище. Затѣмъ его приводятъ въ каталептическое состояніе и осторожно вытягиваютъ средній стулъ. Медіумъ продолжаетъ лежать въ вытянутомъ положеніи, какъ доска, опираясь лишь затылкомъ и ногами. На него можетъ стать одинъ или даже два человѣка, и тѣло не сгибается. Однако, этотъ сильный, поразительный опытъ слѣдуетъ дѣлать съ чрезвычайной осторожностью. Какимъ нибудь неловкимъ движеніемъ или шагомъ можно сдѣлать загниотизированнаго несчастнымъ. Во всякомъ случаѣ, опытъ этотъ слѣдуетъ производить лишь тогда, когда гипнотизеръ вполне увѣренъ въ своемъ искусствѣ.

Предыдущими шестнадцатью опытами мы исчерпали явленія собственно гипноза. Конечно, можно привести еще безчисленное множество новыхъ примѣровъ, но опытный гипнотизеръ самъ можетъ ихъ скомбинировать изъ имѣющихся данныхъ.

Намъ остается еще поговорить объ одномъ важномъ явленіи, имѣющемъ чрезвычайно огромное значеніе въ жизни. Явленіе это:

Постгипнозъ,

т. е. продолжающееся дѣйствіе внушенія на проснушагося субъекта.

Власть гипнотизера надъ медіумомъ не прекращается съ окончаніемъ гипноза. Напротивъ, возможно давать такія приказанія, которыя исполняются послѣ пробужденія, причемъ данное лицо не можетъ дать себѣ отчета въ причинѣ своихъ дѣйствій.

Оно слѣдуетъ какому-то неизвѣстному влеченію, для котораго создаетъ какое нибудь естественное основаніе, служащее вмѣстѣ съ тѣмъ оправданіемъ. Потому что съ явленіемъ глубокаго гипноза, сомнамбулизма, связаны, какъ мы уже въ началѣ замѣтили, отсутствіе памяти относительно извѣстнаго явленія.

Такъ, напр., субъекту, находящемуся въ гипнозѣ, говорятъ: „проснувшись, вы снимете съ себя сапоги, станете на четверенкахъ, три раза пройдете такъ вокругъ стола и будете при этомъ лаять по сабачьи“. Онъ исполняетъ это на забаву зрителей, онъ долженъ повиноваться влеченію, хотя разсудокъ говоритъ ему, что дѣйствія его безразсудны.

Я приказалъ одному господину слѣдующее: „когда вы проснетесь, вы пожелаете къ столу въ углу, тамъ

стоитъ коробка сигаръ, подлѣ нея гильотина для нихъ и спички. Вы возьмете сигару, обрѣжете ее, закурите ее и будете курить“. Въ дѣйствительности, на столѣ лежала пустая коробка, другихъ же вещей вовсе не было. Проснувшись, этотъ господинъ тотчасъ же направился къ столу, сдѣлалъ все, что я ему приказалъ, зажегъ воображаемую сигару и сталъ производить движенія, какъ при куреніи. На мой вопросъ, нравится ли ему сигара, онъ отвѣтилъ „очень!“ Такого рода внушенія обыкновенно непродолжительны, развѣ что гипнотизеръ указалъ опредѣленный срокъ и въ случаѣ надобности повторилъ внушеніе нѣсколько разъ.

Особенно интересны постгипнотическія воздѣйствія, которыя наступаютъ не тотчасъ же послѣ пробужденія, а позже, къ точно опредѣленному сроку.

„Проснувшись, вы отправитесь домой, но ровно черезъ три часа будете снова здѣсь, чтобы предложить мнѣ щепотку табаку“. Проснувшись субъектъ свое временно находится на мѣстѣ, слѣдуя непреодолимому влеченію; онъ совершаетъ путь почти въ цѣлый часъ, не умѣя объяснить себѣ необходимости своего поступка.

„Завтра въ пять часовъ дня вы уснете и проспите до шести“. Субъектъ дѣлается около пяти часовъ утомленнымъ, никакія усилія не помогаютъ; онъ долженъ спать до шести часовъ, какъ это предписалъ гипнотизеръ.

На явленіи постгипноза основано леченіе гипнотизмомъ, которому въ виду огромной важности его мы должны посвятить особую главу.

Леченіе гипнозомъ.

Гипнотическимъ внушеніемъ могутъ быть излѣчены прежде всего, само собой разумѣется, болѣзни, основанныя на слабости воли пациента.

Но и всякія другія страданія устраняются гипнозомъ, равно какъ и явленія паралича. Особенно блестящіе результаты гипнотическая терапия даетъ при слѣдующихъ болѣзняхъ:

головныя боли,
зубная боль,
ишіасъ.

невралгія,
ревматизмъ,
отсутствіе аппетита,
запоръ,
понось,
блѣдная немочь,
алкоголизмъ и морфинизмъ,
чрезмѣрное куреніе,
бессонница,
ночное недержаніе мочи,
заиканіе,
половое безсиліе на психической почвѣ,
поллюціи,
онанизмъ,
истерія,

прекращеніе регулъ ислишкомъ сильныя или слишкомъ частыя менструаціи.

Въ мою задачу не входитъ подробное указаніе отдѣльныхъ способовъ леченія. Оно можетъ расчитываться на успѣхъ лишь въ томъ случаѣ, когда поставленъ правильный діагнозъ, т. е. когда врачъ точно знаетъ родъ болѣзни и ея причины. Въ виду того, что это является невозможнымъ для неспеціалиста, въ особенности, когда дѣло касается трудной области нервныхъ заболѣваній, даже если онъ обладаетъ нѣкоторыми медицинскими познаніями, то я ограничусь указаніемъ лишь такихъ способовъ леченія, которые можетъ принять и непосвященный въ медицину.

Головныя боли прекращаются часто уже послѣ одного сеанса. Пациенту, находящемуся въ глубокомъ гипнозѣ внушаютъ, что его страданія облегчаются. „Ваши головныя боли уменьшаются, вы чувствуете еще только незначительное давленіе, но и оно исчезаетъ, вы уже не чувствуете его. Такъ оно и останется. Когда вы проснетесь, то совершенно освободитесь отъ головныхъ болей“. При этомъ рекомендуется дѣлать легкіе какъ бы смахивающіе пассы надъ больною частью головы. Не слѣдуетъ дѣйствовать слишкомъ быстро, нужно говорить внушительно и подробно. Послѣ пробужденія головныя боли исчезнутъ.

При зубной боли помогаетъ тотъ же способъ, при томъ условіи, что страданія происходятъ не отъ флюса.

Въ виду того что нельзя устранить болѣзнь безъ

ея причины, боль при флюсѣ уничтожается лишь тогда, когда проходитъ флюсъ.

Сила гипнотизма играетъ большую роль при леченіи лишеніемъ. Гипнотизмъ далъ блестящіе результаты у морфинистовъ, алкоголиковъ и слишкомъ страстныхъ курильщиковъ. Леченіе морфинистовъ нужно предоставить врачу; разрушительное дѣйствіе этого ядовитаго вещества на человѣческой организмъ проявляется иногда при лишеніи въ такихъ сильныхъ симптомахъ и припадкахъ, что не специалистъ можетъ сильно испугаться и растеряться.

И тогда онъ потеряетъ свою увѣренность, а вмѣстѣ съ нею—и свою власть надъ больными.

Пьяницъ лечатъ слѣдующимъ образомъ. Берутъ стаканъ водки (или, смотря по обстоятельствамъ, пива или вина) и даютъ сомнабулисту со словами: „выпейте немножко“.

„Вы замѣчаете, что это такое. Это водка. Она очень ядовита, она разрушаетъ вашъ организмъ, замѣйте себѣ это. Пусть васъ предостерегаетъ ужъ одинъ только запахъ.“

Онъ отвратителенъ, отъ него чуть ли не тошнитъ. Когда вы проснетесь, то будете помнить объ этомъ. У васъ во рту точно такъ же получится отвратительный вкусъ, какъ только вы попробуете пить. Но если вы преодолѣете чувство отвращенія, то вамъ сдѣлается совсѣмъ дурно, и васъ начнетъ рвать. Алкоголь вызываетъ у васъ тошноту, вы всегда будете остерегаться этого сквернаго напитка“. Когда такое лицо снова попытается пить водку, то въ большинствѣ случаевъ не будетъ въ состояніи этого сдѣлать. Но если субъектъ поборетъ это чувство и все же начнетъ пить, то его сильно стошнитъ. При продолжительномъ леченіи ему будетъ внушено породожительное отвращеніе къ алкоголю, и бывшему алкоголику очень легко будетъ сдѣлаться абсолютно непьющимъ. Такимъ же образомъ поступаютъ при отученіи отъ куренія. Вниманіе пациента постоянно направляется на то, что запрещенное возбуждающее средство имѣетъ скверный, тошнотворный вкусъ. Когда это внушеніе укрѣплено, все зло уничтожается.

При борьбѣ съ бессонницей рекомендуется постепенное, медленно усиливающееся воздѣйствіе. Нельзя требовать отъ организма невозможнаго, надо начинать

съ малаго. Сперва внушаютъ приблизительно слѣдующее: „Сегодня вечеромъ вы ляжете спать въ 11 час. Когда вы укроетесь, то начнете чувствовать усталость. Ваши вѣки отяжелѣютъ, ваше дыханье станетъ спокойнымъ. Четверть часа спустя, вы крѣпко уснете, но не проснетесь раньше 3 часовъ“. Когда пациентъ приучилъ свой организмъ къ четырехъ часовому полному покою, дальѣйшія внушенія охотно и легко воспринимаются имъ, и въ скоромъ времени страдавшій бессонницей будетъ постепенно приученъ къ 7-8 часовому нормальному крѣпкому сну.

Недержание мочи въ постели представляетъ собою болѣзнь, съ которой больные весьма неохотно обращаются къ врачу. Ее безусловно можно излѣчить гипнозомъ, хотя и не легко, потому что обыкновенно это случается во время крѣпкого сна, а въ этомъ состояніи внушеніе дѣйствуетъ часто слишкомъ поздно. Тѣмъ не менѣе можно сдѣлать опытъ, но необходимо запастись весьма большимъ терпѣніемъ и повторять внушеніе неоднократно.

Леченіе гипнозомъ имѣетъ огромное значеніе при устраненіи заиканія. Разумѣется, если языкъ имѣетъ какой нибудь анатомическій дефектъ, то однимъ лишь внушеніемъ нельзя ничего подѣлать. Въ другихъ же случаяхъ дѣйствіе гипноза безусловно надежно. Но и здѣсь нельзя дѣйствовать напроломъ. Сперва выбираютъ рядъ отдѣльныхъ словъ и предложеній, которыя повторяютъ безъ запинки въ бодрствующемъ состояніи. Запасъ такихъ выраженій постепенно увеличивается, а когда онъ оказывается достаточнымъ, можно перейти къ внушенію полного освобожденія отъ этого недостатка рѣчи.

Чрезвычайно, къ сожалѣнію, распространенный порокъ онанизма излѣчается на ослабѣвшей силѣ воли. Когда онъ вкоренится, то самыя твердыя намѣренія пациентовъ обыкновенно такъ же мало помогаютъ, какъ и увѣщанія другихъ. Здѣсь внушеніе играетъ роль помощника ослабѣвшей воли. Въ данномъ случаѣ поступаютъ подобно тому, какъ при леченіи алкоголизма и т. п., внушая сильное отвращеніе къ проявленію этой противоестественной привычки. Но вмѣстѣ съ тѣмъ дѣйствуютъ и такимъ образомъ, чтобы внушить пациенту разумный образъ жизни, что онъ долженъ соблюдать строгую діету, отказаться отъ спиртныхъ на-

питковъ, совершать прогулки, заниматься физическимъ трудомъ, не спать много и на мягкой постели и дѣлать холодныя обтиранія.

Сколь велика сила гипноза для лечебныхъ цѣлей, видно изъ подробныхъ отчетовъ знаменитыхъ клиницистовъ, какъ Бернгеймъ и Веттерстрандъ. Несмотря, однако, на огромный интересъ этихъ отчетовъ, мы должны отказаться отъ детальнаго знакомства съ ними, такъ какъ для практики не-специалистовъ они бесполезны.

Мы не будемъ также подробно останавливаться на вопросѣ о томъ, могутъ-ли быть произведены безболѣзненные операціи въ гипнозѣ. Въ трудныхъ случаяхъ авторитеты отвѣчали на этотъ вопросъ отрицательно. Напротивъ, мелкія операціи, какъ то вскрытіе нарыва или извлеченіе зуба, могутъ быть съ успѣхомъ произведены надъ загипнотизированнымъ субъектомъ, тѣмъ болѣе, что въ этихъ случаяхъ необходима нечувствительность не всего тѣла, а лишь соотвѣтственной части.

Существуютъ-ли опасности гипнотизма?

Говоря объ опасностяхъ гипнотизма, мы должны сперва спросить: можетъ ли гипнозъ самъ по себѣ дѣйствовать вредно? Авторитеты въ этой области единогласно отвѣчаютъ „нѣтъ“. На основаніи моего обширнаго опыта я лично могу лишь согласиться съ этимъ мнѣніемъ. Если гипнотизированіе совершается по предписаннымъ правиламъ, и если добросовѣстно слѣдуютъ всѣмъ моимъ указаніямъ, то всякая опасность исключена. Главнымъ образомъ, нужно всегда помнить все то, что я въ различныхъ мѣстахъ говорилъ о пробужденіи. У нѣкоторыхъ лицъ замѣчается послѣ пробужденія легкое утомленіе и незначительная головная боль, которая обыкновенно проходитъ сама собой. Впрочемъ, ее легко можно вовсе избѣгнуть, внушивъ медиуму до пробужденія: „когда вы проснетесь, то не будете чувствовать никакихъ дурныхъ симптомовъ гипноза: ни стѣсненія въ груди, ни головной боли. Голова ваша свѣжа, вы находитесь въ отличномъ состояніи“.

У нѣкоторыхъ весьма немногихъ людей, подвергавшихся частымъ гипнотическимъ внушеніямъ, замѣчается склонность впадать безъ вѣншихъ воздѣйствій въ

гипнотическій сонъ. И эту опасность можно устранить соотвѣтственнымъ внушеніемъ.

Если такимъ образомъ этихъ опасностей можно не бояться, то все таки существуютъ опасности другого рода, съ которыми необходимо серьезно считаться, а именно, чтобы недобросовѣстный гипнотизеръ не могъ злоупотребить во вредъ пациенту ради личной выгоды своей властью надъ безвольнымъ субъектомъ. Опасность эта весьма возможна, и поэтому я настаиваю на томъ, что гипнотизеръ долженъ обладать твердымъ, безупречно нравственнымъ характеромъ.

Прежде всего является опасеніе, чтобы гипнотизеръ не воспользовался имуществомъ медиума или не совершилъ бы насилія надъ его личностью въ гипнозѣ. Но тѣмъ же недостаткомъ отличается усыпленіе хлороформомъ или эфиромъ, и никто не станетъ отрицать ихъ пользу только потому, что преступные операторы могутъ совершить преступленіе по отношенію къ усыпленнымъ пациентамъ. Рискъ другого рода заключается въ томъ, что гипнотизеръ можетъ внушить субъекту въ состояніи бодрствованія дѣлать ему подарки, духовное завѣщаніе въ его пользу или другіе противозаконные поступки. По закону всѣ такіа дѣянія считаются недѣйствительными, и въ большинствѣ случаевъ легко доказать ихъ причину, потому что фактъ загипнотизированія обыкновенно нельзя скрыть. Но для того, однако, чтобы избѣгать всякой опасности такого рода и охранить гипнотизера отъ подозрѣнія, а медиума отъ убытковъ, достаточно слѣдовать моему совѣту и всегда привлекать къ сеансу хотя бы одного безпристрастнаго свидѣтеля.

Тогда медиумъ будетъ застрахованъ отъ опытовъ, подобныхъ нижеслѣдующему, произведенному профессоромъ Форелемъ, опыта, простительнаго въ виду того, что онъ былъ сдѣланъ ради науки, но достойнаго порицанія въ смыслѣ посягательства на личныя права медиумъ. Одна знакомая Фореля, молодая дама строгихъ правилъ и безупречнаго образа жизни, питала отвращеніе къ врачебнымъ изслѣдованіямъ, при коихъ необходимо обнаженіе тѣла. Такъ, напр., она низа что не соглашалась лечить грудь. Профессоръ Форель путемъ гипнотическаго внушенія въ присутствіи свидѣтеля, но безъ согласія пациентки—добился того, что она безпрекословно сняла верхнее платье и обнажила себя до пупка.

Что гипнотизеръ можетъ внушить субъекту совершить въ послѣдствіи какое нибудь преступное дѣяніе—это фактъ, не подлежащій сомнѣнію. Слѣдуетъ, однако, замѣтить, что не всякій субъектъ подверженъ такимъ внушеніямъ.

Воздѣйствіе зависитъ отчасти отъ нравственной конституціи челоѣка. Очень порядочные люди оказываются иногда даже во время гипноза неспособными совершить преступленіе.

Гермигъ приводитъ очень интересный случай со своимъ ученикомъ, когда постгипнотическое требованіе совершить преступленіе осталось безрезультатнымъ. Ученикъ этотъ загипнотизировалъ молодую женщину и внушилъ ей, чтобы она, вернувшись домой, разсердилась на мать и изъ мести всыпала бы ей въ стаканъ воды яду. При этомъ онъ далъ ей порошокъ толченаго сахара, пояснивъ, что это сильный ядъ. Согласно внушенію, она разсердилась на мать, думала о томъ, чтобы ее отравить и дѣйствительно нашла въ карманѣ воображаемый ядъ. Внушеніе заставило ее принести порошокъ матери, но боровшееся съ внушеніемъ нравственное чувство оказалось сильнѣе: она швырнула ядъ въ огонь. Она была сильно изумлена, узнавъ въ послѣдствіи причину этого загадочнаго поступка.

Я всегда избѣгалъ производить опыты, которые могли бы нанести серьезный ущербъ нравственному чувству бодрствующей, находящейся собственно въ гипнозѣ личности, и рекомендую моимъ ученикамъ слѣдовать моему примѣру.

Во всякомъ случаѣ дѣйствительныя опасности не неустраняемы, если, во 1-хъ, принять во вниманіе, что подобныя внушенія могутъ быть достигнуты лишь очень опытными гипнотизерами, а послѣдній подвергается опасности, что будетъ разоблаченъ, потому что такіа вещи трудно скрыть.

Если, во 2-хъ, неуклонно слѣдовать совѣту негипнотизировать и не подвергать себя гипнозу безъ свидѣтеля.

При этихъ условіяхъ гипнозъ теряетъ всякую опасность. Онъ будетъ признанъ по заслугамъ благодѣніемъ страждущаго челоѣчества и послужитъ влеченію челоѣка къ знанію въ качествѣ высшаго и поучительнаго поощренія.

К О Н Е Ц Ъ .

ОГЛАВЛЕНІЕ.

	СТР.
Предисловіе	3
Что такое внушеніе и гипнозъ?	5
Что долженъ знать и принимать во вниманіе гипнотизеръ?	9
Кто можетъ подвергнуться гипнозу?	12
Методы гипнотизированія	13
Практическія указанія для гипнотизированія:	
Предварительныя замѣчанія	16
Первая лекція	17
Вторая лекція	18
Третья лекція	19
Четвертая лекція	20
Пятая лекція	22
Постгипнозъ	24
Леченіе гипнозомъ	25
Существуетъ ли опасность гипнотизма?	29
