

Текст взят с психологического сайта <http://psylib.myword.ru>

*На данный момент в библиотеке MyWord.ru опубликовано более 2500 книг по психологии.*

*Библиотека постоянно пополняется. Учитесь учиться.*

*Удачи! Да и пребудет с Вами.... :)*

Сайт psylib.MyWord.ru является помещением библиотеки и, на основании Федерального закона Российской Федерации "Об авторском и смежных правах" (в ред. Федеральных законов от 19.07.1995 N 110-ФЗ, от 20.07.2004 N 72-ФЗ), копирование, сохранение на жестком диске или иной способ сохранения произведений размещенных в данной библиотеке, в архивированном виде, категорически запрещен.

Данный файл взят из открытых источников. Вы обязаны были получить разрешение на скачивание данного файла у правообладателей данного файла или их представителей. И, если вы не сделали этого, Вы несете всю ответственность, согласно действующему законодательству РФ. Администрация сайта не несет никакой ответственности за Ваши действия.

По Флауэру и Марханову.

**ХОЧУ**

**МОГУ**

Самоучитель.

КАКЪ СТАТЬ ГИПНОТИЗЕРОМЪ

Заставьте окружающихъ подчиниться вашей волѣ

**Тайнственныя силы внушенія.**

С.-ПЕТЕРБУРГЪ.

Типографія 1-ой Спб Трудовой Артели. — Лиговская, 34.  
1912.

# Введеніе.

Важность этого введенія. — Значеніе развитія могущества воли  
Постоянные опыты. — Цѣль этихъ опытовъ. — Какъ избѣжать не-  
удачи?—Опыты въ бодрственномъ состояніи—Какъ вызвать  
ослабленіе мускуловъ?—Какъ сидѣть?—Дѣйствіе приказанія. —  
Дальнѣйшія увѣщанія. —Выполненіе перваго опыта. —Какъ можно  
укрѣпить вѣру въ себя?—Что нужно произнести при опытѣ па-  
денія впередъ?—Увѣренность, что субъектъ не потерпитъ вреда  
при опытѣ. —Какъ преодолѣть сопротивленіе и скептицизмъ?—  
Обратный опытъ. — Опытъ съ цѣлью вызвать паденіе навзничъ. —  
Щелканье пальцами. какъ сигналъ —Опытъ "сковыванія" рукъ. —  
Дѣйствіе сопротивленія. —Углубленіе впечатлѣнія, - Упражненіе  
до окончательнаго усовершенствованія. —Вліяніе безъ прикосно-  
венія. —Дѣйствіе пристальнаго взгляда, — Приостановка вліянія. - -  
Разумность опыта. —Ключъ къ успѣху. — Замыканіе глазъ. —Ре-  
зультатъ навязчивой мысли. —Успокоеніе лица, подвергающагося  
опыту. —Невозможность неудачи. — Запрещеніе говорить. - Ве-  
деніе опыта. —Не можетъ ни думать, ни говорить. —Вызываніе  
тѣлесныхъ ощущеній. —*Что* нужно дѣлать?—Физиологическое  
объясненіе. —Основа леченія. —Нѣсколько словъ въ предосте-  
реженіе.

**Важность этого введенія.** —Безусловно необхо-  
димо, чтобы читатель обратилъ особое вниманіе  
на содержаніе этого введенія. Въ немъ заклю-  
чается не только философія высшихъ явленій,  
положенныхъ въ основу этой книжки, но также  
цѣлый рядъ опытовъ въ бодрственномъ состоя-  
ніи, подготовляющихъ ученика къ приобрѣтенію  
постепенно, легкимъ способомъ, самообладанія

и вѣры въ себя. Эти качества обезпечиваютъ успѣхъ гипнотизеру и приносятъ пользу въ жизни говорить знаменитый Флауэръ.

**Значеніе развитія могущества воли.** — Драгоцѣннѣйшее свойство человѣческаго существа заключается въ возможности вселять свою волю въ другихъ людей. Это свойство, называемое нами обыкновенно "могуществомъ воли", "магнетизмомъ" и проч., коренится въ вѣрѣ въ себя, которая и должна развиваться при помощи упражненія.

Для полнаго и отчетливаго выясненія этого пункта я позволю себѣ сказать, что скромность и застѣнчивость, — эти роковыя препятствія на пути успѣха въ какомъ бы то ни было призваніи, — совершенно исчезаютъ у людей, руководящихся приведенными здѣсь совѣтами.

**Постоянныя опыты.** — Безъ сомнѣнія, было бы недостаточно, если бы ученикъ, прочтя этотъ курсъ, отложилъ его въ сторону, воображая, что знаетъ вполне достаточно, чтобы впоследствии дѣлать опыты, когда представится въ томъ надобность. Безусловно важно, чтобы онъ при всякомъ представившемся случаѣ ежедневно дѣлалъ одинъ или нѣсколько опытовъ. Особенно полезно каждый опытъ въ совершенствѣ исполнять и изучить прежде, чѣмъ приступать къ другому.

**Цѣль этихъ опытовъ.** — Здѣсь предлагается послѣдовательно рядъ различныхъ опытовъ, имѣ-

ющихъ цѣлью развить въ ученикѣ вѣру въ себя. и въ то же время показать ему основы, благо даря которымъ гипнотизмъ получилъ научное значеніе. Ученикъ прежде всего долженъ пом нить, что нѣтъ необходимости приводить ме- діума въ сонное состояніе при изученіи первыхъ стадій гипнотизма.

**Какъ избѣжать неудачи.** —Начинающій, есте- ственно, боится неудачи. которая будетъ осмѣ- яна болѣе, чѣмъ всякая другая. Потому прежде всего укажемъ, какъ можно защитить себя отъ этого зла.

Во-первыхъ, слѣдуетъ намѣренно избѣгать выраженія „гипнотизмъ" и устранить даже мысль о томъ, что это опыты гипнотического свойства. Можно ихъ просто назвать, если хо тите, "особенные опыты магнетического или нервнаго притяженія".

Во вторыхъ, необходимо подробнѣйшимъ об разомъ разяснить, что успѣхъ опыта вполнѣ зависитъ отъ напряженія *силы воли* и отъ уси- леннаго сосредоточенія подвергающагося испы- танію человекѣ. Производящій опытъ является не болѣе, какъ -руководителемъ. Если у испы- туемаго достаточно воли, чтобы удалить изъ головы *всѣ постороннія мысли*, несогласныя съ мыслями руководителя, то успѣхъ опыта обез- печенъ. Если же субъектъ слабоволенъ и не можетъ сосредоточиться, то ему невозможно отрѣшиться отъ постороннихъ мыслей. Это должно быть впередъ обстоятельно разяснено субъекту, а также показано ему, что цѣнность

и интересъ опыта всецѣло зависятъ отъ его твердаго и добровольнаго духовнаго содѣйствія. Нѣмое животное гораздо труднѣе гипнотизировать, чѣмъ интеллигентнаго человѣка. При ясномъ объясненіи этихъ фактовъ будетъ устранена разъ навсегда неудача опыта и происходящія отсюда насмѣшки.

**Опытъ въ бодрственномъ состояніи.** —Слѣдующіе опыты должны доказать, что возможно господство надъ чужимъ духомъ, причемъ субъектъ не утрачиваетъ всѣхъ свойственныхъ ему въ бодрственномъ состояніи особенностей.

I. Опытъ. —Хотя для этого опыта я и совѣтую собрать маленькое общество изъ разныхъ лицъ, чтобы выбрать подходящій медиумъ; но онъ также хорошо можетъ быть произведенъ и съ однимъ лицомъ, если нѣтъ возможности пригласить нѣсколькихъ.

**Приведеніе мускуловъ въ разслабленное состояніе.** — Соберите компанію молодыхъ людей обоого пола. отъ 15 до 35 лѣтъ, разсадите ихъ на удобные стулья вокругъ руководителя. Затѣмъ обществу должно быть внушено, что во время опыта не допускаются никакія замѣчанія и шутки, послѣ чего руководитель произноситъ приблизительно слѣдующее:

«Мы собрались здѣсь сегодня вечеромъ, чтобы произвести нѣкоторые опыты психическихъ явленій, и я прошу васъ настоятельно удѣлить мнѣ самое серьезное вниманіе, насколько это возможно для васъ, дабы помочь

мнѣ выполнить все, что и какъ я потребую отъ васъ. Мнѣ будетъ крайне трудно достичь желаемого успѣха, если вы не будете въ высшей степени внимательны и воспротивитесь моему вліянію. Поэтому, пожалуйста, будьте совершенно пассивны и воспримчивы, чтобы слова мои могли вызвать въ вашемъ, мозгу впечатлѣнія, абсолютно необходимыя для надлежащаго дѣйствія. Но прежде, чѣмъ мы приступимъ къ опыту, я попрошу васъ привести ваши мускулы въ совершенно пассивное состояніе, такъ какъ это служить первымъ шагомъ къ успѣху внушенія».

**Какъ сидѣть.** — «Прошу васъ сѣсть какъ можно удобнѣе на стулѣ и при этомъ такъ, чтобы ноги совершенно свободно себя чувствовали. Руки прошу положить на колѣни и затѣмъ попеременно поднимать то правую, то лѣвую руку по мѣрѣ того, какъ я буду говорить «правую», «лѣвую», послѣ чего потрудитесь опускать ту и другую руку совершенно непринуждено опять на колѣни. Я заставлю васъ продѣлать это 6 разъ съ каждой рукой». Руководитель садится на стулъ въ полукругѣ, лицомъ къ компаніи, поднимаетъ правую руку приблизительно на 60 сант. отъ колѣней и произноситъ: "правую".

**Дѣйствіе этого приказанія** — По командѣ "правую" всѣ ученики поднимаютъ правую руку такъ, какъ показалъ руководитель, и, продержавши ее въ воздухѣ около 2—3-хъ секундъ, опускаютъ вмѣстѣ съ руководителемъ безсильно и

безъ малѣйшаго напряженія на колѣни. Руководитель въ то же время командуетъ, „лѣвую“ и подымаетъ вверхъ свою лѣвую руку. Теперь лѣвая рука точно такъ же, какъ и правая, должна быть поднята на воздухъ и беспомощно опущена на колѣни, когда снова раздается команда „правая“. При этомъ руки должны падать, одна за другой тяжело, какъ бы омертвѣлыя, такъ какъ опытъ долженъ вызвать совершенное ослабленіе мускуловъ. Этимъ дѣлается первый шагъ къ уразумѣнію учениками того, что мысль о пассивности, внушенная словами руководителя, произвела дѣйствіе на ихъ мускулы и привела ихъ полному физическому покою. Исполнивши вышеизложенное 5-6 разъ, руководитель встаетъ со стула и, обходя кругомъ, подходитъ отдѣльно къ каждому ученику, говоря: „будьте совершенно спокойны“. Въ то же время онъ постепенно подымаетъ сначала правую. потомъ лѣвую руку каждаго ученика и опять опускаетъ ее на колѣно, убѣждаясь при этомъ въ томъ, что руки падаютъ, какъ мертвыя, что, слѣдовательно, наступило полное ослабленіе мускуловъ.

**Дальнѣйшія увѣщанія.** — Далѣе руководитель говоритъ:

«Вы всѣ находитесь въ удобномъ положеніи и полномъ покоѣ. Теперь я могу подвергнуть васъ одного за другимъ первому важному опыту. Я прошу васъ при этомъ ничего не шептать другъ другу и не заводить между собой никакихъ разговоровъ. Вы должны сосредоточить

все наше вниманіе на той мысли, которую я внушу вамъ. Осуществите ее. Поймите, что. дѣло идетъ о стремленіи духа исполнить то, что предпишетъ мысль. Представьте себѣ, что вы, дѣйствительно, исполните то, что я прикажу вамъ исполнить, и почувствуете то, что я прикажу вамъ почувствовать. Въ результатѣ мы достигнемъ весьма интересныхъ явленій».

**Выполненіе перваго опыта.** — Далѣе руководитель избираетъ одного изъ своихъ учениковъ, показавшагося ему по внѣшности наиболѣе способнымъ къ воспріятію его внушенія. Поставивъ его спиною къ остальнымъ ученикамъ, онъ заставляетъ его смотрѣть себѣ въ глаза, съ своей стороны устремляя свой взглядъ на верхнюю часть носа ученика, между глазами, и ни на минуту не отрываясь отъ него. Затѣмъ руководитель спокойнымъ образомъ, — это требуется при всѣхъ опытахъ, — начинаетъ, говорить съ даннымъ субъектомъ въ опредѣленномъ тонѣ, не спѣша, не возвышая голоса и такъ, какъ бы онъ привыкъ къ послушанію ученика и твердо увѣренъ, что послѣдній послушается его. Въ то же время совѣтуется для укрѣпленія пріобрѣтеннаго надъ ученикомъ вліянія постоянно думать про себя: "ты принужденъ дѣлать именно то, что я говорю". Эту фразу руководитель всегда долженъ мысленно повторять при всѣхъ дальнѣйшихъ опытахъ.

**Какъ можно укрѣпить собственную вѣру въ себя.** — Дѣйствіе выше описаннаго опыта выразится въ

укрѣпленіи самоувѣренности у оператора, и его взглядъ пріобрѣтаетъ такую силу и опредѣленность, что онъ будетъ имѣть возможность могуче вліять на своихъ учениковъ. Затѣмъ онъ подымаетъ руки и кладетъ ихъ по обѣ стороны головы ученика, выше ушей, легко прикасаясь, чтобы не возбудить непріятнаго чувства давленіемъ на лицо. Въ продолженіе 10 секундъ руководитель смотритъ стоящему передъ нимъ ученику прямо между глазъ, на переносицу, оставляя въ то же время руки въ указанномъ положеніи. Далѣе онъ дѣлаетъ лѣвой ногой шагъ назадъ, тихонько проводитъ руками вдоль по обѣимъ сторонамъ головы. въ то же время отгибаясь самъ назадъ. Обѣ руки экспериментатора прикасаются ко лбу ученика, послѣ чего онъ медленнымъ движеніемъ отводитъ ихъ на прежнее мѣсто головы послѣдняго и снова медленно проводитъ по лбу. Это повторяется три раза, и послѣ этого только руководитель можетъ говорить.

**Что нужно произнести при опытѣ паденія впередъ?** — Послѣ третьяго проведенія руками по лбу руководитель, не отводя пристальнаго взгляда отъ переносицы ученика и наблюдая, чтобы ученикъ смотрѣлъ ему прямо въ глаза, ни на мигъ не отрываясь, произноситъ весьма медленно и внушительно: „Теперь вы чувствуете влеченіе упасть впередъ, не противьтесь же этому влеченію; я васъ подхватчу. Предоставьте себя влеченію. Вы уже падаете, вы не можете болѣе противостоять. Вы падаете впередъ, па-

даете впередь. Предоставьте себя совершенно.. Такъ хорошо". И въ этотъ моментъ испытуемый дѣйствительно, упадетъ впередь, при чемъ глаза его все время будутъ устремлены на руководителя. Послѣдній, конечно, долженъ осторожно подхватить его, дабы онъ не могъ ушибиться.

**Человѣкъ, подвергающійся опыту, не долженъ потерпѣть вреда при паденіи** — Руководитель долженъ приложить величайшую заботу къ тому, чтобы во время опыта испытуемый не причинилъ себѣ вреда при паденіи. Въ, противномъ случаѣ, всякое довѣріе къ нему поколеблется; а оно безусловно необходимо, если руководитель желаетъ сохранить произведенное на субъекта вліяніе. Подхвативши испытуемаго, который быстро придетъ въ себя, можно сказать ему: "вполнѣ удалось, проснись совершенно". Затѣмъ ученикъ отсылается на свое мѣсто, при чемъ, однако, ему не дозволяется разговаривать ни съ кѣмъ изъ присутствующихъ. То же самое руководитель долженъ продѣлать съ каждымъ изъ остальныхъ, по двумъ причинамъ: во-1-хъ, чтобы убѣдиться, кто изъ испытуемыхъ легче поддается его атянію; во-2-хъ, чтобы подготовить всѣхъ соотвѣтствующимъ образомъ къ послѣдующимъ ь опытамъ. Этотъ опытъ никоимъ образомъ не слѣдуетъ считать законченнымъ до тѣхъ поръ, пока онъ не удастся вполнѣ, пока не удастся заставить упасть всѣхъ присутствующихъ.

**Какъ можно преодолѣть сопротивленіе и скептицизмъ?**— Если руководителю попадется личность,

способная къ сопротивленію или выказывающая сомнѣніе то онъ долженъ тотчасъ же ее отстранить, заявивъ слѣдующее: "Несомнѣнно вѣрно, что вы могли бы противостоять влеченію устремиться впередъ, если бы вы этого пожелали, или попробовали, но я уже заранѣе вамъ предписывалъ сохранять пассивное состояніе и снова повторяю, что эти опыты только тогда могутъ имѣть успѣхъ, если вы ни со мной, ни сами съ собой не будете пускаться ни въ какія пререканія. Отъ васъ только требуется употребленіе вашего воображенія и безусловное повиновеніе мнѣ. Даже анализированіе вашихъ собственныхъ впечатлѣній кажется мнѣ неумѣстнымъ. Вы должны все ваше вниманіе обратить на мои слова и больше ничего". Такое заявленіе покажетъ ясно ученикамъ, что руководителю нѣтъ никакого дѣла до ихъ мнѣнія. Вскорѣ обнаружится, что нѣсколько такимъ тономъ произнесенныхъ словъ приведутъ всю компанію учениковъ въ должное настроеніе простого послушанія.

**Обратный опытъ.** —Руководитель долженъ сдѣлать обратный опытъ, избравъ изъ общества троихъ, которые, по его наблюденію, легче всѣхъ поддались вліянію при «падении впередъ». Ихъ вызываютъ одного за другимъ. Испытуемый ставится спиной къ остальнымъ, лицомъ къ стѣнѣ, такимъ образомъ, чтобы руководитель могъ стать между нимъ и обществомъ, спиной къ послѣднему. Тогда руководитель слегка кладетъ указательный палецъ правой руки внизъ

задней стороны черепа, прямо надъ затылкомъ. а лѣвую руку—у лѣвой стороны головы, надъ ухомъ такъ, чтобы пальцы его лежали на лѣвомъ вискѣ.

**Опытъ паденія навзничъ.** —Далѣе руководитель приказываетъ испытуемому закрыть глаза и тотчасъ же весьма медленно и мало-по-малу отводить свою лѣвую руку до тѣхъ поръ, пока она совершенно не оставитъ голову субъекта, При этомъ, слегка поводя правымъ указательнымъ, пальцемъ такъ, чтобы субъектъ почти не замѣчалъ этого, руководитель говоритъ: "Теперь вы чувствуете влеченіе назадъ. Вы падаете навзничъ въ мои объятія. Предоставьте себя вполне этому влеченію, лишь только оно усилится. Вы падаете навзничъ, вы падаете навзничъ". Пока эти слова медленно и съ продолжительными промежутками повторяются, въ то же время медленно отнимается отъ головы лѣвая рука, все время находившаяся на головѣ субъекта. Иногда тотчасъ же, а чаще—послѣ повторенія словъ, испытуемый медленно покачивается назадъ и изъ отвѣснаго положенія начнетъ какъ бы слегка падать навзничъ. Лишь только субъектъ упадетъ назадъ приблизительно на 1/3 мет., тогда руководитель долженъ подхватить его, говоря: „Все хорошо, проснитесь!". Этотъ опытъ долженъ быть повторенъ, иричемъ нужно сказать еще: "Очень хорошо. Только на этотъ разъ вы должны уступить немножко раньше!" При повтореніи опыта экспериментаторъ говоритъ: "Вы падаете навзничъ и не можете устоять.

Мы падаете навзничь, прямо въ мои объятія.— Предоставьте себя вполнѣ этому... Теперь вы падаете". Въ этотъ моментъ испытуемый находится въ такомъ умственномъ состоянїи, какъ ученикъ, хорошо приготовившій свой урокъ, и вполнѣ довѣряя руководителю, совершенно сонный навзничь падаетъ сму на руки. Когда же субъектъ снова будетъ приведенъ руководителемъ въ отвѣсное положеніе, тогда послѣдній говорить: «Теперь все хорошо, проснитесь!»

**Щелканье пальцами, какъ сигналъ.** — Руководитель щелкаетъ пальцами, чтобы прїучить ученика понимать, что этотъ знакъ всегда будетъ означать окончаніе опытовъ. Этимъ мы заканчиваемъ первый опытъ, произведенный въ бодрственномъ состоянїи и устанавливающейъ связь между руководителемъ и двумя или тремя учениками, легко поддающимися вліянію.

**2-й опытъ.** —Руководитель вызываетъ одного изъ трехъ испытуемыхъ, и, поставивши его лицомъ къ остальному обществу, просить его снова смотрѣть себѣ пристально въ глаза, не отводя взгляда. Потомъ онъ вытягиваетъ руки къ испытуемому ладонями вверхъ и приказываетъ потому сжать ихъ, какъ можно крѣпче. Въ то же самое время онъ наклоняетъ голову впередъ, чтобы она отстояла отъ головы испытуемаго приблизительно на 15 сантиметровъ.

**Опытъ со сковываніемъ рукъ.** —Посмотрѣвъ на субъекта, молча, около 10 секундъ, руководи-

тель положительнымъ тономъ и очень медленно говорить: "Вы больше не можете разжать ваши руки. Вы не можете вытянуть вашихъ рукъ изъ моихъ. Ваши руки прикованы къ моимъ. Вы не можете ими двигать. Ваши мускулы одеревенѣли. Попробуйте вытянуть руки. Вы не можете сдѣлать это!" Вслѣдствіе пристального взгляда руководителя, испытываемый не можетъ вполнѣ владѣть своими умственными силами. Уму его доступна только та мысль, которую внушаетъ ему руководитель, т. е., что руки его, дѣйствительно, какъ бы скованы, и онъ не имѣетъ больше силы двигать ими.

**Дѣйствіе сопротивленія.** — Непосредственно за этимъ проявится нѣкоторое сопротивленіе этому приему сначала въ попыткѣ отвести свой взглядъ отъ глазъ руководителя. Лишь только глаза его начнутъ чуть-чуть уклоняться, руководитель долженъ, какъ можно скорѣе сказать: "Хорошо, теперь вы можете двигать руками. Мускулы ослабли". Можетъ быть, субъектъ къ концу этого опыта сочтетъ себя отчасти одураченнымъ и скажетъ: "Я- все-таки, могъ бы отнять руки, еслибъ только попытался сдѣлать это"! Для руководителя выгоднѣе согласиться съ нимъ, увѣривъ, однако, его въ томъ, что еслибъ онъ обратилъ все свое вниманіе на его слова и углубился бы въ нихъ, то разжатіе рукъ было бы невозможно.

**Углубленіе впечатлѣнія.** — Чтобы еще больше произвести впечатлѣнія на субъекта и въ то же

время указать обществу, что это отнюдь не было результатомъ извѣстнаго приѣма, руководитель долженъ повторить опытъ съ субъектомъ, и при этомъ заявить: "Мы еще разъ повторимъ опытъ и на этотъ разъ вы увидите, что чѣмъ вы болѣе посвятите вниманія мнѣ и моимъ словамъ, тѣмъ невозможнѣе станетъ для васъ огнять вашу руку отъ моей, пока я не скажу, что вы можете это сдѣлать". Если оныть повторяютъ, и вниманіе субъекта не ослабѣваютъ въ теченіе 5—6 минутъ, то при этомъ замѣчается приливъ крови къ лицу, вызванныхъ усиліемъ освободить свои руки. Послѣ этого руководитель говорить. "Очень хорошо. Совершенно ослабили... теперь спокойно"! И если ученикъ, освободившись отъ вліянія, все еще не сводитъ глазъ съ руководителя, послѣдній щелкаетъ пальцами, кладетъ лѣвую руку на лобъ субъекта и говорить: „Вполнѣ хорошо. Расправьтесь, проснитесь"!

**Упражненія до усовершенствованія.** —Здѣсь слѣдуетъ еще разъ настоятельно повторить, что каждый изъ приведенныхъ здѣсь опытовъ' долженъ исполняться до тѣхъ поръ, пока не удастся вполнѣ. Не слѣдуетъ только быстро переходить отъ одного опыта къ другому, и каждый долженъ помнить, что неудача можетъ быть во всѣхъ случаяхъ. Можетъ случиться, что изъ 12 опытовъ не удадутся 7—8, и это потому, что испытуемые не приобрѣли силы сосредоточенія. Если руководитель слѣдуетъ нашимъ указаніямъ, то вина значить не въ немъ, но

изъ 12 испытуемыхъ онъ всегда можетъ найти 3-хъ или 4-хъ, болѣе поддающихся его вліянію, т. е. по натурѣ болѣе послушныхъ чужой волѣ.



**3-й опытъ** — При первыхъ двухъ опытахъ руководитель могъ усилить свое вліяніе на испытуемаго черезъ прикосновеніе, такъ какъ онъ самъ клалъ на него руки, Третій же опытъ показываетъ, что прикосновеніе совсѣмъ не необ-

ходимо для того, чтобы отнять у ученика контроль надъ собственными мускулами. Потому этотъ опытъ представляетъ особенно поразительное явленіе при бодрственномъ состояніи субъекта.

**Вліяніе безъ приносновенія.** — Испытуемаго сажаютъ на стуль, спиною къ обществу, въ то время какъ руководитель ставитъ свой студъ совсѣмъ близко къ нему, такъ чтобы ихъ колѣни почти касались другъ друга. Для этого опыта предпочтительнѣе выбрать такую особу, которая при прежнихъ опытахъ легче поддавалась вліянію. Экспериментаторъ кладетъ руки ладонями книзу на свои колѣни и, пристально глядя на переносицу ученика, требуетъ, чтобы онъ также прямо смотрѣлъ ему въ глаза и отнюдь не отворачивался. Затѣмъ онъ говоритъ: "Сложите крѣпко вмѣстѣ ваши обѣ руки, крѣпче и еще крѣпче. Онѣ теперь скрѣплены; пробуйте, какъ хотите, вы не можете ихъ открыть, не можете разнять". Эти слова должны быть ироизнесены медленно, съ большими паузами между отдѣльными словами, такъ что сказанное можетъ глубоко запечатлѣться въ умѣ ученика. Если появится малѣйшій блескъ въ его взглядѣ, то это значить, что онъ противится внушенію. Въ такомъ случаѣ опытъ надо тотчасъ же прервать и сказать испытаемому, что онъ долженъ посвятить полнѣйшее вниманіе экспериментатору.

**Дѣйствіе пристальнаго взгляда.** — Экспериментаторъ всегда долженъ помнить, что пока взглядъ испытуемаго прикованъ, онъ не можетъ думать. Если онъ думаетъ, то можетъ и соиротивляться. Не должно быть позволено что-нибудь дѣлать, онъ долженъ только воспринять мысль отъ руководителя.

Изъ трехъ избранныхъ лицъ, подходящихъ для этого опыта, ни одно не будетъ ему противиться. Напротивъ, всѣ вмѣстѣ и порознь употребятъ всѣ усилія, чтобы разъединить руки, не будутъ въ силахъ этого сдѣлать.

Этотъ опытъ долженъ продолжаться 15—20 секундъ. чтобы доказать собранію, что тутъ нѣтъ никакой фальши, и что онъ можетъ длиться до тѣхъ поръ, пока экспериментаторъ не освободитъ испытуемаго отъ своего взгляда.

**Пріостановка вліянія.** —Руководитель щелкаетъ пальцами, говоря: «Хорошо, теперь вы можете разъединить руки. Проснитесь!»! Дѣйствіе получается при этомъ совсѣмъ особаго рода, такъ какъ испытуемый все время былъ убѣжденъ, что онъ не спитъ, но совершенно утратилъ контроль надъ мускулами своихъ рукъ. Это явленіе объясняется тѣмъ, что руководитель воспрепятствовалъ испытуемому владѣть своимъ разсудкомъ, сѣмѣвши вселить въ него одну преобладающую мысль, которая исключила возможность появленія какой-либо другой.

**Разумность опыта.** —Умъ можетъ въ одно время вполне охватить только одну мысль; и если

руководитель изучил искусство вселять въ него одну мысль, то онъ получаетъ возможность сламывать сопротивление, которое субъектъ могъ бы противопоставить этой внудряемой мысли. Экспериментаторъ такимъ образомъ пріобрѣтаетъ вліяніе надъ испытуемымъ и дѣлаетъ первый шагъ къ тому, чтобы быть компетентнымъ гипнотизеромъ и умѣлымъ экспериментаторомъ.

**Ключъ къ успѣху.** — Во все продолженіе этихъ уроковъ надо постоянно имѣть въ виду, что искусство вліять на умъ другихъ людей даетъ ключъ къ успѣху во всѣхъ положеніяхъ жизни. Даже въ томъ случаѣ, если бы вы не пожелали воспользоваться этими уроками въ качествѣ гипнотизера, они должны имѣть весьма важное значеніе для изученія людей, для пріобрѣтенія вліянія надъ людьми, съ которыми придется встрѣчаться въ дѣловой и общественной жизни.

**4-й опытъ.** — Къ этому опыту слѣдуетъ приступать не ранѣе, какъ вполне овладѣвши предыдущими. При этомъ выбирается самый воспріимчивый субъектъ изъ присутствующихъ и сажается на стулъ—спиной къ остальнымъ.

**Замыканіе глазъ** — Руководитель становится предъ испытуемымъ — немного въ сторонѣ — и приказываетъ пристально смотрѣть себѣ въ ілаза, Спустя секундъ около 10, онъ закрываетъ пальцами глаза испытуемому. Взявши его за пульсъ большимъ и среднимъ пальцами, предписываетъ сохранить прежнее направленіе глазъ

и подь вѣками и произносить медленно и настойчиво; "Вы теперь не должны ни минуты думать, или упражнять *свой разумъ*. Вся сила вашей воли и воображенія должна быть отдана на то, чтобы сосредоточиться *повѣрить* въ то, что я вамъ скажу. Какъ только я отниму свой палець, вы убѣдитесь, что у васъ нѣтъ власти открыть свои глаза. Вы потеряли контроль надъ мускулами своихъ вѣкъ, и ваши глаза останутся крѣпко сомкнутыми; вѣки не могутъ подняться. Затѣмъ онъ медленно и тихо отнимаетъ отъ глазъ свои пальцы и повторяетъ свое внушеніе, прибавляя: "Вы не можете открыть своихъ глазъ; попробуйте, сколько хотите; вы должны будете держать глаза закрытыми, крѣпко закрытыми. совершенно закрытыми, и не откроете ихъ".

**Результатъ навязчивой мысли** ("idee fixe"). — Испытуемый тщетно будетъ стараться раскрыть глаза. Такъ какъ мысль о томъ, что они не откроются, засѣла у него въ мозгу, то онъ потеряетъ контроль надъ глазами такъ же, какъ это было въ предущемъ опытѣ, при разнятїи рукъ. Онъ можетъ изо всѣхъ силъ стараться открыть глаза, и можетъ быть, черезъ 10—12 секундъ это ему удастся. Тогда рекомендуемъ повторить опытъ, при чемъ экспериментаторъ скажетъ: «Очень хорошо; не правда ли, что вамъ очень трудно? Повторимъ это еще, и на этотъ разъ вамъ невозможно будетъ открыть глазъ до тѣхъ поръ, пока я не позволю». Повторяется тотъ же опытъ въ преявнемъ видѣ; но послѣ того, какъ испытуемый тщетно пробовалъ раскрыть глаза, ру-

ководитель щелкает пальцами говоря: «Такъ теиерь довольно. Мое вліяніе кончается. Вы снова получаете полный контроль надъ собою. Откройте глаза. Проснитесь?»

**Успокоеніе субъекта, подвергавшагося опыту?** — Послѣ этого опыта, ведушаго уже собственно къ гипнотизму, совѣтуемъ руководителю положить свои руки на лобъ испытываемаго и спокойно съ нимъ поговорить.

Онъ долженъ вызвать въ немъ вполне довольное и благодушное настроеніе, затѣмъ долженъ внушить ему, — а это легко можно сдѣлать, — чтобы тотъ считалъ его безусловно своимъ другомъ и вѣрилъ бы, что руководитель старается удалить отъ него все, могущее повредить ему. Ободряя такимъ образомъ испытываемаго и возбуждая въ немъ дружественныя чувства и полное довѣріе, онъ самъ увидить, что и тотъ въ свою очередь интересуется этими опытами и готовъ имъ содѣйствовать своимъ полнымъ вниманіемъ; а это уже большой залогъ успѣха.

**Невозможность неудачи.** — Надо помнить, что ни одинъ изъ вышеописанныхъ опытовъ не можетъ не удасться. если только руководитель найдеть подходящаго субъекта и выполнить все предписанное въ точности до малѣйшихъ подробностей, ничего не опуская въ данныхъ указаніяхъ.

**5-й опыт.** —Итакъ, мы были заняты все время задержаніемъ и приостановкой мускульной дѣятельности.

**Запрещеніе говорить.** —Это пока только одинъ маленькій шагъ впередъ. Пожалуй, читателю покажется смѣшнымъ, что можно запретить говорить или, напр., бодрствующаго человѣка заставить забыть свое имя и не давать его произнести вслухъ. Но если вспомнимъ, что человѣческій духъ можетъ схватить заразъ только одну мысль, господствующую надъ всѣми другими, то станетъ понятнымъ, что и этотъ опытъ можетъ быть исполненъ, такъ же легко и успѣшно какъ предыдущіе. При этомъ, однако, надо замѣтить, что опытъ долженъ быть производимъ только надъ лицами, которыя оказались особенно воспріимчивыми, и съ которыми руководитель уже вполне успѣшно продѣлалъ другіе опыты.

**Веденіе опыта.** —Испытуемаго ставятъ прямо передъ собой, спиной къ собранію; затѣмъ кладутъ обѣ руки на боковыя стороны его тѣла, точно такъ, какъ при опытѣ "паденія впередъ". Здѣсь точно также требуется все время смотрѣть въ глаза экспериментатору, смотрящему въ свою очередь прямо въ переносицу субъекта. Затѣмъ экспериментаторъ слегка наклоняетъ голову и громко произноситъ: „Вы должны быть вполне внимательны, Вы забыли ваше имя и не можете его выговорить. Вы не можете его вспомнить. Вы его больше не знаете. Вы не можете произнести ни звука. Вы его совсѣмъ забыли“.

Онъ отнимаетъ руку, отступаетъ шагъ назадъ, указываетъ пальцемъ на переносицу субъекта и суровымъ тономъ повторяетъ: "Вы не можете выговорить своего имени". Предоставивши 3—4-секунды для попытки выговорить имя, руководитель щелкаетъ пальцами и говоритъ: «Очень хорошо; теперь вы его знаете. Какъ ваше имя?» Послѣ этого испытуемый съ видимымъ облегченіемъ громко произноситъ свое имя.

**Онъ не можетъ ни думать, ни говорить.** —Предположеніе, что испытуемый зналъ свое имя и могъ бы его произнести, если бы захотѣлъ, совершенно ложно, въ этомъ мы имѣли возможность неоднократно убѣдиться. Если опытъ проведенъ правильно, испытуемый не можетъ ни думать, ни говорить, хотя онъ, повидимому, находится въ бодрственномъ состояніи. Правда, онъ не спитъ, но, тѣмъ не менѣе онъ не находится въ нормальномъ состояніи. Самъ руководящій, считая себя нормальнымъ, въ дѣйствительности находится въ полнѣйшемъ самосозерцаніи, предшествующемъ возникновенію гипноза, когда послѣдній производится въ бодрственномъ состояніи.

**6-й опытъ.** —Этотъ опытъ имѣетъ совсѣмъ особенное значеніе, доказывая, что гипнотизеръ, овладѣвшій сознаниемъ испытуемаго въ бодрственномъ состояніи, можетъ вызвать въ немъ галлюцинаціи чувствъ, хотя въ извѣстныхъ границахъ, но тѣмъ не менѣе свидѣтельствующій о значеніи гипнозизма, какъ терапевтическаго средства.

**Вызываніе тѣлесныхъ ощущеній.** -Само собою понятно, что если можно въ человѣкѣ въ бодрственномъ состояніи возбудить ощущеніе теплоты черезъ посредство руки то можно производство и противоположное при лихорадочныхъ состояніяхъ. Можно, на примѣръ, у больного, который совсѣмъ не спитъ, уменьшить внушеніемъ неприятное лихорадочное ощущеніе и чрезмѣрный жаръ смѣнить чувствомъ пріятной прохлады. Я совсѣмъ не касаюсь области терапевтическаго гипнотизма, но не могу удержаться. чтобы не пояснить читателю, какъ близко касается это сочиненіе благотворной задачи облегченія больного. Каждый приведенный въ этомъ введеніи опытъ не имѣетъ притязанія на слово «гипнотизмъ», и руководитель не долженъ своему испытуемому даже произносить этого слова.

**Что нужно дѣлать** —Испытуемаго сажаютъ на стулъ, спиной къ собранію. Стоя передъ нимъ, руководитель приказываетъ ему смотрѣть себѣ въ глаза, Руки должны лежать совершенно безжизненно на колѣняхъ. Затѣмъ руководитель очень медленно произноситъ: «Закройте глаза и обратите все свое вниманіе на правую руку. Какъ только я дотронуся до нея пальцемъ, вы будете чувствовать сильнѣйшую теплоту, переходящую въ верхнюю часть вашей руки черезъ мой палець. Вскорѣ вся рука ваша сдѣлается горячѣй, и ее будетъ жечь. Это будетъ ощущеніе сильнаго жара. Васъ будетъ жечь, и вы должны все свое вниманіе обратить на это. Рука вашей будетъ страшно больно». Возбудивши

такимъ образомъ его ожиданіе, руководитель слегка касается пальцемъ его правой руки и говорить" «Жжетъ. Вы чувствуете жаръ. У васъ ощущеніе сильнѣйшаго жара. У васъ ощущеніе сильнѣйшаго жара. Горитъ и щиплетъ. Жжетъ, жжетъ». Испытуемый не только ясно выкажетъ, что ощущаетъ жженіе, но станетъ стараться отдернуть руку. Когда общество убѣдилось въ дѣйствиіи опыта, руководитель щелкаетъ пальцами и восклицаетъ: Хорошо, проснитесь! Ощущеніе исчезло». Въ то же время онъ беретъ правую руку испытуемаго и крѣпко третъ ея верхнюю сторону.

**Физиологическое объясненіе.** — Этотъ феноменъ можно объяснить тѣмъ, что мы обыкновенно замѣчаемъ въ жизни, а именно: всякое углубленіе, или сосредоточеніе ума на какой-нибудь части тѣла производитъ приливы крови къ послѣдней. Это явленіе называется управленіемъ крови и даетъ, напр., возможность согрѣть похолодѣвшія ноги, стараясь усиленно сосредоточить мысль на томъ, что онѣ теплы. Быть можетъ, это одно изъ сильнѣйшихъ доказательствъ владычества тѣла надъ духомъ, такъ какъ мы видимъ, что одной силой мышленія можно дать даже кровообращенію другое направленіе.

Основа леченія. Всѣмъ хорошо извѣстенъ физиологическій фактъ, на которомъ основано леченіе силой мысли и гипнотизмомъ такъ-же, какъ силой вѣры и самовнушенія. Въ этомъ мы видимъ лучшее доказательство, что ученіе о

гипнотизмъ знакомить ученика съ фактами, указывающими на врожденную человѣку цѣлебную силу и на власть мысли надъ кровообращеніемъ. Выше мы привели (5 опытовъ, заслуживающихъ полнѣйшаго вниманія, опытовъ, которые должны быть основательно продуманы или восприняты учителемъ.

**Нѣсколько словъ въ предостереженіе.** — Вы не должны сообщать своимъ близкимъ знакомымъ и даже друзьямъ о своихъ занятіяхъ. Да, друзьямъ своимъ въ особенности вы не должны говорить объ этомъ, потому что друзья менѣе всего склонны цѣнить васъ, чѣмъ посторонніе. Лучше изучайте тщательно это руководство тайнѣ отъ другихъ и имѣйте въ виду, что эти опыты твѣгда только могутъ быть удачно исполнены, когда вы обставите ихъ всѣми надлежащими, указанными здѣсь условіями. Тогда вашъ успѣхъ обезпеченъ, какъ дважды два—четыре, потому что онъ будетъ опираться на законъ причины и слѣдствія. При наличности опредѣленной причины, логическое слѣдствіе не замедлитъ явиться, и въ дѣйствительности гипнотизмъ, — какъ ни изумительны его внѣшнія проявленія, — представляетъ собою ученіе, дѣйствіе котораго основывается на незыблемой логикѣ. Нѣтъ явленій, стоящихъ въ связи съ гипнотизмомъ, которые были бы неразумны или нелогичны. Это одно изъ величайшихъ ученій—ученіе о жизненныхъ фактахъ.

**7-й опытъ.** Медіумъ садится противъ гипнотизера.

Гипнотизеръ беретъ руку медіума въ свою лѣвую руку и кладетъ свою правую руку на голову медіума.

Медіуму предлагается быть совершенно спокойнымъ, безъ сопротивленія отдаться магнетическому воздѣйствію и обратить исключительное вниманіе на слова гипнотизера.

Сантиметрахъ въ двадцати отъ глазъ медіума гипнотизеръ помѣщаетъ блестящій предметъ и энергичнымъ голосомъ, но не крича и не шумя, приказываетъ медіуму пристально смотрѣть на этотъ предметъ.

При этомъ онъ проситъ медіума сосредоточиться на одной мысли:

"Я хочу заснуть!"

Если сонъ не наступитъ черезъ двѣ-три минуты, гипнотизеръ долженъ сдѣлать нѣсколько пассивовъ по направленію отъ лба до ключицы, или же отъ темени черезъ затылокъ до половины висковъ. Минуть черезъ десять медіумъ погружится въ сонъ.

Это—методъ д-ра Гадлока.

Чтобы узнать, наступитъ ли сонъ, и засыпаетъ ли медіумъ, необходимо наблюдать за зрачками гипнотизируемаго.

Если зрачки послѣ двухсекунднаго всматриванія въ блестящій предметъ сближаются и расширяются и затѣмъ, по прошествіи 40 или 50 секундъ, начнутъ колебаться, то можно быть увѣреннымъ, что сонъ наступитъ непременно черезъ 1 или 2 минуты.

**8й опыт.** Начинается, какъ и первый, только взаимнѣ пассовъ быстро проводятъ по глазамъ медиума указательнымъ пальцемъ и мизинцемъ лѣвой руки (слѣдовательно, не той, которая держитъ блестящій предметъ), стараясь не задѣть глаза, и дѣлая это въ тотъ моментъ, когда зрачки медиума начнутъ колебаться (см. предыдущ. опытъ).

Послѣдствіемъ является закрытіе вѣкъ послѣ легкаго дрожанія. Наступаетъ сонъ.

Въ возбужденіи гиинотическаго сна весьма важную роль играетъ пристальное разсматриваніе (фиксированіе) предмета; поэтому считаемъ нужнымъ посвятить нѣсколько словъ этому необходимому пункту. Для объясненія дѣйствія фиксированія мы сошлемся на авторитетъ извѣстнаго профессора Густава Гегера. Этотъ ученый говоритъ въ своемъ сочиненіи "Открытіе души": Гипнотизмъ прежде всего—духовный процессъ; съ пристальнымъ разглядываніемъ предмета соединяется сосредоточеніе вниманія на внутреннемъ зрительномъ центрѣ, слѣдствіемъ чего и является отклоненіе вниманія духа отъ другихъ чувственныхъ и мускульныхъ центровъ. Это усиливается монотонными раздраженіями въ области другихъ чувствъ. Если же пристальное разглядываніе продолжается довольно долго, то наступаетъ утомленіе и этого чувства; духъ теряетъ свой объектъ и также удаляется отъ зрительнаго центра. Теперь онъ находится въ полномъ отвлеченіи отъ тѣлесныхъ нервныхъ центровъ, которое обыкновенно бываетъ

во время сна, превращающего тѣло въ безвольную рефлективную машину".

**9-й опытъ.** Медіумъ садится въ кресло безъ спинки и прислоняетъ голову къ стѣнѣ, а ноги сгибаетъ въ колѣняхъ подъ прямымъ угломъ, при чемъ твердо опирается о полъ ступнями; руки его лежатъ свободно, со сжатыми пальцами на колѣняхъ.

Правая рука гипнотизера сперва удаляется отъ лба медіума приблизительно на тридцать сантиметровъ и держится на томъ же разстояніи надъ уровнемъ глазъ гипнотизируемаго.

Первое приказаніе: „Смотрите на мою руку и закройте затѣмъ глаза“.

Послѣ того, какъ этотъ приказъ будетъ выполненъ, гипнотизеръ приступаетъ къ своимъ магнетическимъ пассамъ, которые и приводятся имъ кончиками пальцевъ, прикасаясь при этомъ до кожи медіума, въ слѣдующемъ порядкѣ:

1 пассъ; проводятъ 10—15 разъ отъ середины рѣсницъ вправо и влѣво надъ рѣсницами къ вискамъ.

2 пассъ: 16—18 разъ, начиная съ середины лба, надъ щеками, касаясь плечъ, надъ локтемъ и кистью руки до пальцевъ.

3 пассъ: 10—12 разъ отъ уха къ шеѣ черезъ челюстный уголъ.

4 пассъ: 10—12 разъ обоими большими пальцами, которые сперва прикладываются къ рѣсницамъ, а затѣмъ производятся по вискамъ надъ челюстнымъ угломъ до кровеносныхъ сосудовъ затылка. Начиная оттуда, кончики остальныхъ

ныхъ пальцевъ проводятся по задней части головы, затылку, плечамъ и рукамъ къ кончикамъ пальцевъ медіума.

Послѣ этого повторяются 1 и 2 пассы, а также и четвертый. Затѣмъ слѣдуетъ пауза въ 1—2 минуты, послѣ чего возвращаются снова къ 1 и 2 пассамъ.

За этимъ слѣдуетъ второе приказаніе:

„Вы не можете открыть глазъ“.

Затѣмъ быстрое движеніе лѣвой руки гипнотизера сверху внизъ передъ лицомъ медіума. при чемъ его не слѣдуетъ касаться. Въ большинствѣ случаевъ медіумъ погружается въ гипнотическій сонъ.

Какъ нами уже было упомянуто въ предыдущей главѣ, гипнотизированіе или "погруженіе въ сонъ" есть ничто иное, какъ внушеніе. Сонъ внушается. Съ особенной силой проявляется внушеніе при слѣдующихъ двухъ методахъ. Эти методы нашли свою научную и практическую обоснованность и обработку въ трудахъ французскихъ ученыхъ, профессоровъ Бернгейма и Льебо въ Нанси, почему они и называются методами Нансійской школы.

**10-й опытъ.** Медіуму подробно описывается цѣль гипноза, при чемъ его предупреждаютъ, что для его тѣла и души не грозитъ отъ того ни малѣйшей опасности.

Медіума приглашаютъ принять удобное для сна положеніе, сидя, полулежа или лежа.

Держа указательный палецъ правой руки надъ корнемъ носа медіума, гипнотизеръ, послѣ-

довательно, въ спокойной, но категорической формѣ, отдаётъ слѣдующія приказанія внушенія.

1. Вы ни о чемъ другомъ не помышляете, какъ лишь о желаніи заснуть!
2. Ваши глаза ослабеваютъ!
3. Вы начинаете мигать!
4. Усталость распространяется по вашему тѣлу!
5. Ваши руки и ноги нѣмѣютъ!
6. Ваши глаза слезятся!
7. Закройте глаза!
8. Вы болѣе не въ состояніи открыть ихъ!
9. Засните!
10. Спите спокойно!

Приказанія повторяются по очереди, пока гипнотизеръ не замѣтитъ, что каждое внушеніе подѣйствовало, т. е. выполнено медіумомъ.

Гипнозъ наступаетъ черезъ 4—5 минутъ, въ крайнемъ случаѣ черезъ десять. Если этого не случается, то следуетъ освободить медіума и повторить опытъ черезъ четверть часа.

Часто случается, что гипнозъ не удается въ четыре или больше сеансовъ и лишь затѣмъ даетъ результаты. Поэтому выдержка и терпѣніе составляютъ существенную необходимость для всякаго начинающаго, равно какъ и опытнаго гипнотизера.

**11-й опытъ.** Второй методъ Нансійской школы. Его примѣненіе такое же, лишь съ выпускомъ 2, 3, 6, 7 и 8 приказаній.

Когда гипнотизеръ замѣчаетъ, что рѣсницы

медіума поддергиваются и мигаютъ, глаза принимаютъ омертвѣлый видъ. а зрачки то увеличиваются, то уменьшаются, - онъ коротко приказываетъ- "Спите!" Гипнозъ наступаетъ.

**12-й опытъ.** Этотъ методъ называется по имени своего автора Герлинговымъ.



Медіумъ садится на удобный стулъ, спиною къ свѣту.

Подвергающееся опыту лицу монотонно и ласково уговаривается точно слѣдить за словами гипнотизера и фиксировать при этомъ его взглядъ.

Затѣмъ гипнотизеръ легко кладетъ обѣ свои руки на руки медіума.

Первый приказъ (внушеніе):

„Вы ощущаете теплоту въ рукахъ!“

Второй приказъ (внушеніе):

„Ваши члены тяжсѣютъ!“

Гипнотизеръ медленно поднимаетъ свои руки, продолжая при этомъ острую фиксацію глазъ медіума до уровня головы послѣдняго и также медленно проводитъ пассы отъ головы, къ области живота, отдавая слѣдующія приказанія (внушенія) и постепенно понижая свой голосъ:

3. Ваши глаза становятся усталыми!

4. Ваши руки и ноги становятся усталыми!

5. Ваши рѣсницы дрожатъ!

Едва зрачки начнутъ колебаться, гипнотизеръ, повторяя послѣдніе три приказа и продолжая фиксацію глазъ, легко кладетъ свою лѣвую руку на голову медіума. Правую рукою онъ надавливаетъ слегка кожу лба книзу для того, чтобы вызвать ощущение тяжести,

Затѣмъ онъ медленно закрываетъ глаза медіума и въ то же время отдаетъ послѣднее категорическое приказаніе:

„Теперь спите.“

Гипнотическій сонъ наступаетъ немедленно.

Существуютъ личности, которыя охотно бы могли повиноваться, но не въ состояннн этого сдѣлать вслѣдствіе сильнаго развитія собственной воли. Онѣ чисто механически борются противъ выполненія какого-либо приказа. Онѣ охотно бы желали быть загипнотизированными, но не могутъ повиноваться вслѣдствіе непри-

вычки къ этому. Къ такимъ лицамъ слѣдуетъ примѣнить обратное внушеніе симптомовъ сна. Послѣднее достигается тѣмъ, что говорятъ, обращаясь больше къ себѣ, чѣмъ къ медиуму.

Напримѣръ, вмѣсто того, чтобы сказать: „Вы становитесь теперь усталымъ!“—говорятъ: „Усталость можетъ теперь наступить!“, или: „Если бы теперь глаза отяжелѣли!“—или: „Руки могли бы теперь порядкомъ устать!“ Такимъ образомъ, слѣдуетъ избѣгать прямого обращенія, и приказанія говорятся про себя, какъ будто бы они только рассказываются, при чемъ желаніе гипнотизера видѣть ихъ выполненными не должно быть замѣтно. Этимъ путемъ не вызывается противорѣчія у медиума, сонъ же тѣмъ не менѣе внушается.

Болѣе сильная воля гипнотизера оказываетъ свое дѣйствіе.

**13-й опытъ.** Онъ основывается на приобрѣтенномъ практикой опытѣ. Этимъ, однако, не доказывается, что лишь онъ является правильнымъ. Самъ авторъ примѣняетъ также и другіе методы, смотря по тому, какъ реагируетъ на ихъ внушенія подлежащее лицо. Всѣ методы должны быть старательно изучены и тщательно и основательно примѣнены. Врачъ для каждаго вида болѣзни имѣетъ цѣлый запасъ медикаментовъ, потому что не всякій пациентъ въ состояніи воспринимать одинаково одно и то же лекарство: одинъ переноситъ легко яды, другой ихъ совершенно не терпитъ, третій можетъ принимать лишь въ извѣстной формѣ и т. д., — врачъ-

гипнотизеръ, желающій усыпить различныхъ людей, долженъ имѣть въ своемъ распоряженіи и различные методы. Опытъ и практика позволяютъ затѣмъ гипнотизеру быстро и непосредственно переходить отъ одного метода къ другому во время самаго сеанса.

Ни въ какомъ случаѣ не допускается терять мужество или отчаиваться въ своихъ гипнотическихкихъ способностяхъ при неудачѣ въ примѣненіи одного изъ методовъ. Быстро слѣдуетъ примѣнить другой, — при наличности терпѣнія. выдержки, энергіи и вѣры въ самого себя—и опытъ долженъ удался.

При примѣненіи этого метода медіумъ садится противъ гипнотизера.

Руки свободно лежатъ на колѣняхъ. Гипнотизеръ слегка наклоняется впередъ, не касаясь руками или колѣнями медіума, и остро смотритъ въ продолженіе приблизительно десяти секундъ въ глаза испытуемому.

Загѣмъ. не отводя взгляда отъ глазъ медіума, изъ кармана вынимаетъ какой-либо блестящій предметъ и медленно поднимаетъ, на высоту глазъ, приблизительно на разстояніи десяти сантиметровъ отъ корня носа медіума.

Теперь слѣдуютъ приказы-внушенія, отдаваемые ровнымъ, тихимъ и усыпляющимъ голосомъ:

1. Не думайте ни о чемъ другомъ, только о снѣ!

2. Говорите себѣ мысленно: хочу заснуть!— Я хочу заснуть!—спать!—спать!—спать!

3. Закройте спокойно глаза, когда они отя-

желѣють, но не думайте ни о чемъ другомъ, какъ только о засыпаніи!

4. Ваша голова тяжелѣеть!

5. Ваши члены тяжелѣють все болѣе и болѣе!

6. Вы хотите спать!—спать!— спать!

7. Закройте спокойно глаза и думайте только, что хотите спать!

8. Вы хотите спать!

9. Вы не слышите ничего, кромѣ моего голоса!

10. Вы хотите спать!

Блестящій предметъ прячется въ карманъ, лишь только вѣки медіума закрылись.

Гипнотизеръ монотонно и съ правильными промежутками произноситъ приблизительно разъ двадцать: „спать! — спать! — спать! — спать! — спать!“, такъ, что его голосъ походитъ на одно-тонное тиканье часовъ.

Послѣ этого слѣдуетъ сейчасъ-же:

11 приказаніе: „Вздохните глубже!“

12 приказаніе: „Спите крѣпко!“

Сонъ наступилъ.

Если опытъ не удастся, онъ долженъ быть повторенъ сначала, пока не наступитъ гипнозъ.

Приведемъ здѣсь еще и другіе способы гипнотизированія.

**Способъ факировъ.** Оригиналенъ методъ индійскихъ факировъ. Въ Индіи уже въ древнія времена была извѣстна сила гипнотизма, и можно думать, что своеобразный способъ усыпленія переходилъ изъ рода въ родъ, отъ сѣдой старины вплоть до новѣйшаго времени.

Индійскіе факиры раздѣвають медіума и совершенно нагимъ кладутъ на скамью. Затѣмъ гипнотизеръ становится у изголовья субъекта, велитъ ему пристально смотрѣть на что-нибудь и тихо дуетъ въ ротъ и носъ медіума.

Во время этой процедуры лѣвая рука гипнотизера лежитъ на области живота испытуемаго, а правая дѣлаетъ пассы, касаясь кожи.

Не раньше какъ черезъ четверть часа наступаетъ сонъ. Необходимымъ условіемъ этого метода является абсолютная тишина и искусственный мракъ помѣщенія, гдѣ гипнотизируютъ.

Другой индійскій методъ, перенесенный въ Англію и примѣняемый тамъ довольно удачно, заключается въ томъ, что гипнотизеръ помѣщается позади медіума. Онъ плоско кладетъ свои руки на обнаженные плечи испытуемаго такъ, что указательные пальцы касаются боковъ шеи, а большіе достигаютъ затылка. Затѣмъ онъ приказываетъ медіуму спокойно и глубоко дышать.

Въ это время гипнотизеръ производитъ все усиливающіяся надавливанія на стороны шеи. Черезъ 3—5 минутъ сонъ наступаетъ. Отнявъ руки, гипнотизеръ говоритъ:

„Засните крѣпко!“ — При усыпленіи гипнотизеръ долженъ помѣститься такъ, чтобы наблюдать за глазами медіума, чтобы, уловивъ моментъ колебанія зрачковъ, отдать приказъ заснуть.

Щекотаніе кожи, слистыхъ оболочекъ также вызываетъ состояніе гипноза.

Необходимо сказать нѣсколько словъ о Нѣ-

которыхъ точкахъ тѣла, надавливаніе на которыя производитъ гипнозъ.

Надавливаніе на эти точки вызываетъ состояніе гипноза. въ которое впадаютъ субъекты даже помимо своей воли. Эти точки находятся въ различныхъ частяхъ тѣла и подвержены широкимъ индивидуальнымъ колебаніямъ, у однихъ онѣ имѣются въ однихъ мѣстахъ, у другихъ въ другихъ: на рукахъ, туловищѣ, головѣ, области яичниковъ, на ногахъ. даже на слизистыхъ оболочкахъ. Этотъ чисто механической способъ производства гипноза указываетъ, что хотя внушеніе и играетъ огромную роль въ производствѣ его, но не исключительную и субъектъ можетъ быть усыпленъ этимъ способомъ совершенно неожиданно для нею, безъ его вѣдома и желанія.

Но для примѣненія внушенія иногда нѣтъ надобности приводить субъекта въ состояніе гипноза. Лица, особенно расположенныя или подверженныя усыпленію, или часто подвергавшіяся гипнотическимъ манипуляціямъ, подчиняются внушеніямъ даже въ состояніи бодрствованія. У многихъ въ этомъ состояніи наблюдаются явленія самовнушенія, иногда производящія болѣзненные разстройства въ тѣлѣ, настолько сильно бываетъ вліяніе внушенія. Однако это состояніе бодрствованія, несомнѣнно, только кажущееся и отличается отъ нормальнаго извѣстной степенью разъединенія между высшими и низшими мозговыми центрами; субъектъ находится, такъ сказать, въ состояніи частичнаго гипноза. Отсюда очевидно, что для наличности

послѣдняго вовсе нѣтъ нужды, чтобы субъектъ дѣйствительно спалъ, со всѣми признаками обычнаго нормальнаго сна. При ихъ отсутствіи можетъ существовать полное разъединеніе высшихъ и низшихъ мозговыхъ центровъ, полное изолированіе автоматическаго механизма отъ контроля сознанія и воли. "Подобное состояніе ненормально, и оно всетаки есть состояніе гипноза, хотя бы при внѣшнихъ признакахъ бодрствованія.

### **Льебо различаетъ слѣдующія 5 степеней сна:**

1. Дремота. Тяжесть вѣкъ, невозможность ихъ открыть, чувство усталости. Но сознаніе еще вполнѣ сохранено. Эта степень наблюдается преимущественно у женщинъ.

2. Катаlepsія (оцѣпенѣніе). Сознаніе и память вполнѣ сохранены. Поднятая по командѣ рука остается въ этомъ положеніи.

3. Вращательный автоматизмъ. Кромѣ оцѣпенѣлости и неподвижности каталептического состоянія предшествующей степени, субъекты обладаютъ способностью исполнять автоматическія движенія безъ участія своей воли, не имѣя достаточно воли, чтобы прекратить внушенныя вращательныя движенія (напр., рукъ). Чувствительность ослаблена. Сознаніе вполнѣ сохранено.

4. Исключительное отношеніе медіума къ гипнотизеру (иначе, такъ называемый „избирательный сомнамбулизмъ"). Гипнотизируемый не-

воспріимчивъ къ воздѣйствіямъ на него постороннихъ лицъ; онъ слушается лишь внушеній гипнотизера. Сознаніе все еще сохранено.

5. Легкій сомнамбулизмъ. Чувствительность значительно ослаблена или же совершенно отсутствуетъ. Сознаніе затуманено, воспоминаніе совсѣмъ почти утрачено.

## ВЫВОДЪ ФЛАУЭРЫ.

Опытность, пріобрѣтенная вами, благодаря описаннымъ выше упражненіямъ, возбудитъ довѣріе, облегчающее пониманіе основныхъ законовъ гипнотизма. Послѣ нѣсколькихъ опытовъ можно заручиться однимъ или нѣсколькими лицами, которыхъ можно познакомить съ гипнотическими явленіями, какъ они описаны въ этихъ лекціяхъ, а затѣмъ исполнить ихъ при публикѣ, постороннихъ и недовѣрчивыхъ критикахъ. Не совѣтуемъ подвергать опыту новыхъ лицъ, пока экспериментаторъ не сдѣлался опытнымъ гипнотизеромъ. Присутствіе критикующихъ зрителей всегда имѣетъ вліяніе какъ на рукояодителя, такъ и на испытуемаго. Весь интересъ и все вниманіе ихъ должны быть направлены къ тому, чтобы создать наилучшія условія для своей дѣятельности. Въ особенности испытуемый не долженъ имѣть ни малѣйшаго сомнѣнія и отклонять отъ себя всякій умственный анализъ.

Когда руководитель пріобрѣтетъ достаточный опытъ и сумѣетъ вполне подчинить себѣ испытуемаго, то онъ безспорно будетъ обладать т -

кой ловкостью и сноровкой, которая при правильномъ проведеніи эксперимента, несомнѣнно, создаютъ и обезпечиваютъ успѣхъ. Этотъ успѣхъ еще болѣе возростетъ при опытахъ, какъ съ новыми субъектами, такъ и съ испытанными уже панъше.

## ГИПНОТИЗМЪ—СИЛА.

Гипнотизмъ—дѣятельная сила въ человѣческой жизни. —Цѣль этой книги. —Полнота. —Древность этой силы. —Всякій въ состояніи научиться пользоваться силой. —Важность глубокаго гипноза. —Цѣнность высшихъ цѣлей въ психическихъ изслѣдованіяхъ.

**Гипнотизмъ — дѣятельная сила въ человѣческой жизни.** —Изученіе гипнотизма есть изученіе самой человѣческой природы. Пока на свѣтѣ находятся люди, на которыхъ можно воздѣйствовать и должно воздѣйствовать, пока есть люди сильные и слабые, зависимые и независимые, до тѣхъ поръ гипнотизмъ всегда будетъ дѣятелемъ въ человѣческой жизни. Я серьезно надѣюсь на то, что пробужденіе общественнаго интереса къ этой наукѣ, которая болѣе или менѣе характеризуетъ конецъ послѣдняго столѣтія, вызоветъ большее вниманіе тѣхъ благотворныхъ вліяній, которыя могутъ быть использованы человѣческимъ родомъ при условіи правильнаго ихъ примѣненія, и что знаніе этого благодѣтельнаго вліянія можетъ все больше распространяться.

**Цѣль этой книги.** —Этотъ обстоятельный рядъ указаній преслѣдуетъ не только цѣль обученія удачному гипнотизированію, нотаже сообщаетъ

понятія о тѣхъ великихъ основныхъ законахъ, которые своимъ существованіемъ обуславливаютъ искусство, или, лучше сказать, силу. При изученіи многихъ произведеній о гипнотизмѣ и родственныхъ ему наукахъ, мнѣ кязалось, что писатели были менѣе проникнуты мыслью о великихъ возможностяхъ, которыя должны были быть слѣдствіемъ примѣненія гипнотизма, чѣмъ той легкостью, съ которой они въ нѣкоторыхъ случаяхъ производили глубокой гипнозъ. На самомъ дѣлѣ, въ вызываніи гипноза нѣтъ въ наши дни ничего таинственнаго, но дѣйствія и результаты гипнотизма должны вызывать все большее и большее удивленіе.

**Полнота указаній.** — Въ этихъ страницахъ будетъ показано, какихъ результатовъ достигли прежде работавшіе въ этой области специалисты, и что, конечно, умно будетъ до нѣкоторой степени идти по ихъ слѣдамъ, пользуясь, однако, тѣмъ свѣтомъ, который даетъ современная психологія въ объясненіи многихъ прежде необъяснимыхъ явленій. Тратить время на изложеніе исторіи гипнотизма нѣтъ необходимости. Въ каждой книгѣ по этому вопросу можно найти исторію науки, и ученикъ можетъ тамъ прочесть о предшествующихъ успѣшныхъ открытіяхъ, которымъ сначала дали имя „месмеризмъ“, а позднѣе окрестили „гипнотизмомъ“.

**Древность этой силы.** — Подъ какимъ бы именемъ ни выступала эта наука въ настоящее время, дѣло идетъ всегда при этомъ о старинной силѣ

Все равно, измѣнимъ ли мы ея имя, назовемъ ли мы ее месмеризмомъ, гипнотизмомъ, электро-биологіей или *Statu volens*—мы имѣемъ постоянно дѣло съ той же самой древней силой—властью духа надъ тѣломъ. Я самъ изслѣдовалъ методы гипнотизированія по различнымъ источникамъ и думаю, что не ошибусь, если утверждая, что ни одинъ человѣкъ, изучающій эту книгу, не почувствуетъ себя неспособнымъ съ успѣхомъ и пользою примѣнять многіе изъ этихъ методовъ.

**Всякій въ состояніи научиться пользоваться силой.** - Нѣтъ ни одного человѣка, при условіи, конечно, что онъ правильно понимаетъ написанное, который бы не былъ въ состояніи научиться изъ лежащей передъ нимъ книги всему, чему его могутъ научить въ какой-либо школѣ о терапевтикѣ внушенія. Всѣ части этой науки будутъ здѣсь уяснены и будетъ обращено вниманіе на ея практическую сторону. При этомъ предполагается, что читатель ничего не знаетъ о внушеніи, гипнотизмѣ, месмеризмѣ, ясновидѣніи и терапевтикѣ внушенія, и авторъ надѣется убѣдить читателя, начиная съ простѣйшихъ доказательствъ и кончая самыми сложными выводами. Наши теперешніе изслѣдователи слишкомъ много занимались тѣмъ, что они называютъ внушеніемъ или терапевтикой внушенія и при этомъ, на мой взглядъ, совершенно просмотрѣли огромное значеніе глубокаго сна, который долженъ характеризовать истинный гипнотизмъ.

**Важное значеніе глубонаго гипноза.** — Въ настоящемъ руководствѣ или самоучителѣ гипнотизма, я, хочу поэтому убѣдить читателя въ важности введенія лицъ, подвергаемыхъ опыту, въ самую глубокою степень гипноза, и я ожидаю отъ него, что онъ постоянно будетъ внушать своему испытуемому все болѣе и болѣе глубокій сонъ. Въ произведеніяхъ предшествующихъ писателей о месмеризмѣ находятся нѣкоторыя примѣры ясно-видѣнія, вз'шеннаго сомнамбуламъ, чего въ настоящее время болѣе не происходитъ. Причина этого, на мой взглядъ, заключается въ томъ, что теперешніе руководители опытовъ довольствуются малымъ и смотрятъ на первыя стадіи гипноза, какъ на цѣль. У нихъ не хватаетъ настойчивости для достиженія болѣе значительныхъ успѣховъ. Но была также еще причина успѣха старинныхъ гипнотизеровъ. Они всегда преслѣдовали высоконравственную цѣль. Они наставляли своимъ вліяніемъ на доброе, что чувствовали гипнозируемые субъекты, и потому легко воспринимали гипнозъ. Они были способны часто однимъ только словомъ вызвать въ человѣкѣ, подвергающемся воздѣйствію, состояніе полной пассивности. Чистота ихъ мотивовъ и благодѣтельность ихъ намѣреній явствовали изъ всего ихъ существа и производили на лицъ, къ которымъ они примѣняли свое искусство, непосредственное воздѣйствіе, успокаивающее душевныя волненія и нервную чувствительность.

Цѣнность высшихъ цѣлей въ психическихъ изслѣдованіяхъ. — Я долженъ отмѣтить тотъ неоспоримый фактъ, что чѣмъ благороднѣе цѣли гипнотизера, тѣмъ больше будетъ въ общемъ его успѣхъ. Конечно, многія лица, которыя занимаются гипнотизмомъ съ неблагородными цѣлями, все же имѣютъ нѣкоторый успѣхъ, но они никогда не были въ состояніи достигнуть той высшей степени успѣха, какой достигали изучающіе науку съ чистымъ сердцемъ и безъ заднихъ мыслей. Я утверждаю, что люди, желающіе обладать искусствомъ гипнотизма исключительно для удовлетворенія своего любопытства, не могутъ разсчитывать на серьезный результатъ. Послѣдній доступенъ лишь тѣмъ, которые намѣрены дѣйствительно отдаться при помощи психологіи серьезному изысканію истины.

## УСТНОЕ ВНУШЕНИЕ.

Методъ устнаго внушенія. - Опытъ по Липпольту. —Что достигается этимъ методомъ?—Сонъ и внушенія. —Второй сеансъ. — Окончаніе второго сеанса. —Память подвластна внушенію.

**Методъ устнаго внушенія**, —Теперь своевременно мы рассмотримъ наиболѣе употребляемый теперь гипнотизерами методъ, какъ его впервые опубликовалъ докт. Липпольтъ въ школѣ Нанси (во Франціи). Липпольтъ называлъ этотъ методъ „словесное внушеніе". Его наблюденія, мнѣнія и опыты были впослѣдствіи опубликованы однимъ изъ его учениковъ, др. Бернгеймомъ, въ сочиненіи подъ заглавіемъ „Внушеніе и его цѣлебное дѣйствіе" (терапевтика внушенія). Представимъ себя на нѣкоторое время въ роли д-ра Липпольта и предположимъ, что къ нему пришелъ пациентъ лечиться гипнотизмомъ отъ нервного расстройства. Докторъ беретъ больного за руки и обращается къ нему съ нѣсколькими вопросами. По заявленіи больного, что у него сильно болитъ голова, докторъ проситъ его сѣсть въ удобное кресло.

**Опытъ по Липпольту.** —Докторъ стоитъ передъ пациентомъ и слегка кладетъ свою лѣвую руку ему на голову, а два пальца своей правой руки

держитъ передъ его глазами на высотѣ, приблизительно 30 сантим., такъ что тотъ вынужденъ нѣсколько напряженно смотрѣть вверхъ, чтобы ясно видѣть два пальца. Затѣмъ докторъ говоритъ нѣсколько монотонно: „Въ томъ, что произойдетъ дальше, нѣтъ ничего, что могло бы васъ пугать. По вашему собственному и моему желанію, вы подвергнетесь нѣкоторымъ душевнымъ измѣненіямъ, подобнымъ тѣмъ, которыя вы испытываете ежедневно по ночамъ. Именно, вы перейдете изъ активнаго бодрственнаго состоянія въ полусонное, въ которомъ вы будете слышать, что вамъ говорятъ, но не будете обращать особеннаго на это вниманія, — состояніе, въ которомъ вы будете имѣть отвращеніе ко всякому произвольному движенію. Изъ этого полусоннаго состоянія вы впадете въ обыкновенный сонъ, ничѣмъ не отличающійся отъ ночного, и вы не будете имѣть никакого правильнаго представленія о томъ, что вокругъ васъ происходитъ. Какъ только я захочу, вы проснетесь отъ этого сна и будете чувствовать себя значительно освѣженнымъ, окрѣпшимъ и чувствующимъ, что ваши головныя боли исчезли". Говоря такимъ образомъ, докторъ медленно водитъ пальцами вокругъ лба и подъ глазами пациента въ видѣ круга въ 30 сантим. окружностію. Это кругообразное движеніе пальцемъ онъ продолжаетъ минутъ 5, монотонно разговаривая съ пациентомъ и требуя, чтобы онъ внимательно слѣдовалъ глазами за движеніями пальцевъ.

**Что достигается этимъ методомъ?**—Дѣло идетъ объ успокоеніи нервовъ пациента, объ избавленіи его отъ тревожнаго чувства по поводу предстоящаго таинственнаго процесса. Вмѣстѣ съ тѣмъ, надо представить ему его положеніе наивозможно удобнымъ и пріятнымъ. Сосредоточиванье вниманія пациента на движеніи пальцевъ производитъ въ его мозгу нѣкоторую пріятную усталость, Наступающую обыкновенно послѣ умственнаго занятія чѣмъ-нибудь спокойнымъ, не раздражающимъ. Вскорѣ сонливое состояніе овладѣваетъ больнымъ, въ то время, какъ голосъ доктора звучитъ все успокоительнѣе и однообразнѣе.

**Сонъ и внушенія.**—Далѣе докторъ говоритъ: „Ваши глаза начинаютъ тяжелѣть; вы чувствуете наклонность ко сну. У васъ такое чувство, что всякое движеніе для васъ трудно; шумъ извнѣ не производитъ на васъ впечатлѣнія; кровь мало-по-малу отливаетъ отъ конечностей; ваши ноги и руки и ваша голова становятся все холоднѣе, сердцебіеніе медленнѣе; пульсъ понижается; вы дышите свободнѣе, спокойнѣе и глубже, вы медленно погружаетесь въ здоровый сонъ". Затѣмъ докторъ нѣсколько секундъ молчитъ, послѣ чего произноситъ еще болѣе успокоительнымъ тономъ: „Закройте глаза и спите", при чемъ слегка прикасается къ вѣкамъ пациента. Далѣе онъ продолжаетъ: „Если вы останетесь спокойнымъ, все будетъ въ порядкѣ; ваши боли мало-по-мало утихнутъ, и черезъ нѣсколько минутъ вы будете спать здоровымъ

сномъ; а когда проснетесь, ваши боли совершенно пройдутъ. Итакъ, спите спокойно; никто васъ не потревожитъ, пока я не вернусь". Онъ оставляетъ больного одного на 10—15 минутъ. Когда же возвращается, то обыкновенно находитъ его въ легкомъ полуснѣ, при чемъ головныя боли значительно утихли или, можетъ быть даже совершенно прошли. Тогда докторъ говоритъ больному, что на слѣдующій день при сеансѣ онъ гораздо легче перейдетъ въ сонное состояніе, и сонъ его будетъ гораздо глубже, чѣмъ въ первый разъ. Онъ также поясняетъ, что послѣ нѣсколькихъ сеансовъ боли не только совершенно пройдутъ, но и возвращеніе ихъ будетъ устранено словеснымъ внушеніемъ. Этотъ методъ примѣняется постоянно во Франціи при лѣченіи всякаго новаго больного. Здѣсь нѣтъ и рѣчи о гипнотическомъ вліяніи; не дѣлается никакихъ пробныхъ опытовъ, чтобы узнать, способенъ-ли паціентъ до нѣкоторой степени къ воспріимчивости или нѣтъ. Все дѣло сводится къ тому, чтобы настоятельно обнадежить больного и успокоить его.

**Второй сеансъ.** —Когда паціентъ приходитъ на второй сеансъ, онъ уже вполне довѣрчиво садится на приготовленный стулъ и нисколько не думаетъ о результатѣ; онъ сравнительно скорѣе слушается и поддается внушенію доктора и все болѣе и болѣе подчиняется его вліянію. Приведя паціента въ вышеописанное сонливое состояніе, докторъ говоритъ по прежнему монотонно. „Вы будете думать что ваши глаза отя-

желѣли, и вы не можете ихъ открыть". Затѣмъ онъ слегка кладетъ руку на вѣки больного и продолжаетъ: „Теперь ваши глаза крѣпко закрыты, и вы не въ состоянїи ихъ открыть". Тщетно пытается больной открыть глаза; слабо улыбаясь, онъ оставляетъ попытку и снова впадаетъ въ сонное состоянїе. Докторъ говоритъ: „Все въ порядкѣ. Ваши глаза крѣпко закрыты, и вы не имѣете силы ихъ открыть. Вы теперь погрузитесь въ глубокой сонъ, а когда проснетесь, не будете помнить, что съ вами было. Ваша память на это время совершенно пропадетъ. Вы будете только сознать, что вы крѣпко и глубоко уснули, и это будетъ весьма благотворно для вашего здоровья". Больной затѣмъ, какъ и раньше, предоставляется самому себѣ, а спустя 15 минутъ докторъ возвращается въ комнату, слегка проводитъ рукой поперекъ лба больного и говоритъ:

**Окончаніе второго сеанса.** — „Вы хорошо отдохнули и освѣжились сномъ. Теперь вы не будете чувствовать никакой боли въ головѣ, и вашъ умъ послѣ этого сна будетъ яснѣе и живѣе. Вы проснетесь, какъ только я просчитаю 3, и если я впослѣдствїи пожелаю васъ гипнотизировать, для вашей собственной пользы, то вы тотчасъ же будете погружаться въ глубокой сонъ. Теперь же я васъ спокойно разбужу, такъ что вы ничуть не испугаетесь: разъ, два, три, —проснитесь"! Какъ только докторъ произнесетъ „три", пациентъ открываетъ глаза и тотчасъ же под-

тверждаетъ, что не чувствуетъ ни болей, ни какого-либо непрятнаго чувства.

**Память подвластна внушенію.** — Можетъ быть больной будетъ глупо смотрѣть вокругъ, подобно человѣку, котораго внезапно разбудили отъ глубокаго сна; но онъ совершенно не сможетъ вспомнить, что ему говорили послѣ закрытія глазъ и до настоящаго момента. Такимъ образомъ у больного есть всѣ признаки того, что его можно повергнуть въ глубокій гипнозъ. Теперь мы на время должны оставить методъ Нансійской школы.

## МЕСМЕРИЗМЪ-ГИПНОТИЗМЪ.

Месмеризмъ и гипнотизмъ. Искусство месмеризма. —Авторитетный руководитель опыта. —Методъ месмеризированія. —Пользованіе длинными пассами. — Какъ, распознать магнетическій сонъ?

Легендарный Месмеръ, занимавшій долгое время умы до открытія и обоснованія наукою гипнотизма, до сихъ поръ рекламируется легковѣрными учеными, какъ особаго рода магнетическое дѣйствіе и методъ Месмера. Прозванный его именемъ месмеризмъ, въ сущности ничего иное, какъ тотъ же гипнотизмъ, вызванный долгими пассами.

Правда и сейчасъ находятся ученые новѣйшаго времени, толкующіе о месмеризмѣ, какъ о чемъ то обособленно самостоятельномъ. Флауэръ, котораго приводимъ далѣе, убѣжденно толкуетъ о самостоятельномъ месмеризмѣ.

Въ огражденіи нареканій составитель книги предпосылаетъ этой маленькой главѣ о месмеризмѣ мнѣніе Шарко и профессора академика Тарханова.

Шарко, не отрицая явленій, описанныхъ современниками Месмера, въ своихъ лекціяхъ открыто называлъ месмеризмъ—гипнотизмомъ и критически разсматривалъ несовершенные приемы Месмера, который, повидимому, самъ не давалъ себѣ яснаго представленія, о томъ, что творится при гипнотизаціи индивида.

Академикъ Тархановъ въ своихъ лекціяхъ въ Со-

ляномъ городкѣ усматриваль въ Месмерѣ типъ знахаря, правда талантливаго, но крайне невѣжественнаго, даже въ смыслѣ состояніи науки того времени. Свои способы магнетизаціи, Месмеръ хранилъ въ глубокой тайнѣ и въ этомъ отношеніи являлъ собою полную противоположность къ Бэкону, который каждый опытъ эмпирически созданный, провѣрялъ при участіи современниковъ натуралистовъ.

Въ жизни Мессера, какъ и въ жизни Калиостро много таинственнаго, фантастическаго и непонятнаго. И сейчасъ паходятся люди, которые склонны видѣть въ опытахъ гипнотизаціи нѣчто вродѣ чуда или колдовства. Далѣе Тархановъ проводилъ паралель между явленіями магнетизма и гипнотизма и въ общихъ чертахъ подтверждалъ мнѣніе профессора Шарко что магнетизмъ Месмера или такъ называемый месмеризмъ нѣчто иное, какъ несовершенная форма примитивнаго примѣненія гипноза.

**Искусство месмеризма.** —Теперь мы рассмотримъ методы старыхъ учителей магнетизма, которые называли сами себя магнетизерами. Я изложу вамъ эти методы въ формѣ личнаго обученія, какъ бы я самъ обучалъ васъ этому. Во-первыхъ, изберите для этого опыта лицо моложе васъ, но оно не должно быть изъ тѣхъ, кто бы долгое время жилъ съ вами, или въ вашей семьѣ, чтобы между вами не было особенной близости.

**Авторитетный руководитель опыта.** —Чтобы разсчитывать съ самага начала на успѣхъ, хорошо найти лицо, которое видѣло бы въ васъ нѣко-

торый авторитетъ, такъ какъ главное условіе для успѣха месмеризма заключается въ повиновеніи пациента. Необходимо, также для месмеризма, что-бы человекъ этотъ былъ физически не совсѣмъ здоровъ и считалъ месмеризмъ средствомъ своего излѣченія.

**Методъ месмеризированія.** —Посадите вашего пациента на удобное кресло и садитесь сами прямо передъ нимъ; глаза ваши должны быть нѣсколько выше его глазъ. Усадите его вполне удобно; въ случаѣ надобности подложите подушку ему подъ голову, чтобы онъ могъ оставаться въ сидячемъ положеніи безъ малѣйшаго тѣлеснаго напряженія. Возьмите его правую руку въ свою лѣвую, а его лѣвую въ свою правую. Наклонитесь къ его лицу приблизительно на разстояніи 80 сант. Затѣмъ прикажите ему смотрѣть въ одинъ изъ вашихъ глазъ, не отрываясь. Онъ не долженъ моргать вѣками, пока это не станетъ для него необходимо. Теперь говорите ему такъ; „вы сначала будете чувствовать щипанье въ рукахъ; пока я ихъ держу въ своихъ, это щипанье пойдетъ по всей рукѣ, распространится на плечо, а мало-по-малу и по всему тѣлу, на подобіе омертвѣнія. Вы не должны нисколько беспокоиться по поводу того, что вы ощущаете, и не удивляться ничему совершающемуся. Вамъ не будетъ сдѣлано никакого вреда, и вы должны отнестись ко мнѣ съ полнымъ довѣріемъ. Когда вы не будете болѣе въ состояніи держать глаза открытыми и устремленными на меня, то **закройте** ихъ; вы уже не будете въ состояніи ихъ

открыть: а затѣмъ впадете въ глубокой сонъ. Вы почувствуете теплоту во всемъ тѣлѣ, подобную электрическому току; чувство теплоты овладѣтъ вами. Когда ваши глаза закроются, я начну дѣлать пассы вокругъ, черезъ что магнетическое вліяніе удвоится и равномерно распределится по всему тѣлу".

Держа руки пациента въ своихъ, нажимайте слегка большимъ пальцемъ вашей руки на наружную часть его руки и попеременно то увеличивайте, то уменьшайте это давленіе, оставляя большой палецъ между вторымъ и третьимъ суставами пальцевъ больного.

Это нажатіе произведетъ на пациента совсѣмъ особенное дѣйствіе и въ то же время будетъ обращать непрерывно его вниманіе на то, что дѣлается съ его руками. Когда онъ не будетъ болѣе въ силахъ держать глаза открытыми, отнимите руку, закройте ему совсѣмъ глаза и говорите: „Успокойтесь теперь и спите". Затѣмъ можно начать магнетизированье пассами.

**Пользованіе длинными пассами.** —Встаньте съ вашего стула и, поднявши обѣ руки надъ головой больного и держа концы пальцевъ на 2 дюйма отъ его лица, начните медленно проводить руками надъ его тѣломъ до колѣнъ. Затѣмъ разведите руки по обѣ стороны, перевернувши ихъ ладонями къ верху; соедините надъ собственной головой и второй разъ медленно проводите внизъ, отъ головы пациента до колѣнъ. Этотъ приѣмъ повторяйте въ теченіе 10 минутъ.

Если вы поднимите послѣ этого времени

вверхъ его руку то, вѣроятно, она останется въ этомъ положеніи. Если же она опять упадетъ, то надо возобновить длинные пассы и очень медленно повторять ихъ еще въ продолженіе 5 минутъ, послѣ чего больной, вѣроятно, повергнется въ состояніе, извѣстное подъ названіемъ „соотношеніе" („*Rapport*"), т. е. онъ будетъ болѣе или менѣе подъ вліяніемъ магнетизма.

Вы не должны пробовать вторично подымать его руку, такъ какъ онъ можетъ принадлежать къ летаргическимъ натурамъ, которыя никогда не могутъ быть приведены въ каталептическое состояніе. Употребленныя здѣсь выраженія въ послѣдствіи будутъ подробнѣе объяснены, теперь же я только употребляю ихъ: Говорите спокойно: «Вы теперь переходите въ магнетическое состояніе. Сознвая хорошо, гдѣ вы находитесь, вы не въ состояніи открыть глаза». Прождавши еще нѣсколько минутъ, продолжайте: «ваши глаза не окроются, если бы вы даже дѣлали попытку ихъ открыть». Послѣ нѣкотораго молчанія скажите: „Попробуйте же открыть глаза; вы не можете". Когда вы замѣтите, что всѣ усилія паціента тщетны, можете быть убѣждены, что онъ находится въ томъ же состояніи, въ которое приходятъ при опытѣ Либольта, приведенномъ въ предыдущемъ урокѣ.

**Какъ распознать магнетическій сонъ?**—Если паціентъ совсѣмъ не двигается, не отзывается ничѣмъ на ваши слова, и вѣки его не поднимаются, то можно быть увѣреннымъ, что онъ

находится въ глубокомъ магнетическомъ снѣ, который вы ему внушили. Тогда лучше всего его совсѣмъ не тревожить, но только обратитесь къ нему со слѣдующими словами: „Спите глубже, и пусть вамъ приснится далекое путешествіе. во время котораго вы посѣтите мѣста. которыхъ прежде никогда не видали. Пусть ваша душа паритъ, гдѣ хочетъ и когда вы черезъ часъ, считая отъ этого момента, проснетесь. вы мнѣ расскажете, гдѣ были и что видѣли, потому что по пробужденіи у васъ все это ясно и точно запечатлѣется. Итакъ, спите еще часъ и проснитесь сами". Затѣмъ оставьте вашего пациента.

## ГИПНОТИЗМЪ въ ИНДИИ.

Методъ, примѣняемый въ Индіи— Какъ дѣйствовать, чтобы вызвать сонъ при помощи этого средства. — Не нужны испытанія.

**Методъ, примѣняемый въ Индіи** — Въ этой лекціи я познакомлю читателя съ методомъ англійскаго врача Др. Эсдайля (Esdaile), который онъ съ такимъ успѣхомъ примѣнялъ въ 1847 году въ своемъ госпиталѣ въ Калькуттѣ, что англійское правительство предоставило ему особенное заведеніе, гдѣ больныхъ лѣчили гиинотической анестезіей. Этотъ методъ въ настоящее время забытъ и, собственно говоря, онъ никогда не былъ популяренъ; тѣмъ не менѣе результаты его были прямо поразительны, особенно при наличности полнаго и глубокаго гипноза.

**Какъ дѣйствовать, чтобы вызвать сонъ при помощи этого средства**— Въ той комнатѣ, гдѣ вы намѣрены принимать вашихъ паціентовъ, поставьте постель съ изголовьемъ не выше шести дюймовъ. Уложите паціента во всю длину на это ложе, а сами сядьте у его изголовья. Наклонитесь надъ его головой такимъ образомъ, чтобы вы могли смотрѣть ему прямо въ глаза. Для большаго поясненія упомяну еще, что въ данномъ случаѣ паціентъ не долженъ съ осо

беннымъ усиліемъ смотрѣть въ ваши глаза. Теперь наклонитесь надъ пациентомъ такъ, чтобы его лицо было на разстояніи 4—6 дюймовъ. Пристально смотрите въ его глаза и требуйте отъ него такого-же пристальнаго взгляда. Вы не должны говорить ни слова, а также и во-кругъ, въ смежныхъ комнатахъ, не должно быть ни малѣйшаго шума, чтобы вы не развлекались.

Такъ вы должны просидѣть, если нужно, 1—2 часа, настоятельно думая о томъ, что пациентъ долженъ заснуть. Спустя полчаса, или даже менѣе, вѣки больного начнутъ мигать, но одно слово изъ вашихъ устъ снова прикуетъ его вниманіе. и онъ опять попытается держать глаза открытыми. Эти усилія будутъ постепенно ослабѣвать. Наконецъ, чувство усталости настолько возьметъ верхъ, что онъ не будетъ болѣе въ состояніи противиться сну, и глаза сго совсѣмъ закроются.

**Не нужны испытанія при этомъ способѣ.** — Когда вы пробуете этотъ методъ, вамъ нѣтъ необходимости испытывать. впалъ ли вашъ пациентъ въ гипнотическое состояніе. Этотъ методъ всегда сопровождается успѣхомъ, если предположить, что вашъ пациентъ не склоненъ намѣренно васъ обманывать. Вашъ пациентъ непременно впадетъ въ состояніе, извѣстное подъ названіемъ гиинотического сна.

## МАССОВЫЙ ГИПНОТИЗМЪ.

Гипнотизируваніе нѣсколькихъ человекъ. —Предварительныя объясненія. —Наблюденіе симптомовъ. —Внушеніе идеи сна. — Пробужденіе участвующихъ. —Выводы изъ ихъ показаній.

**Гипнотизированіе нѣсколькихъ человекъ.** —Усвоивъ, какъ слѣдуетъ, три разсмотрѣнные нами метода, мы можемъ перейти къ четвертому, не мало отличающемуся отъ прежнихъ. Соберите 8—10 человекъ въ комнату и заставьте каждого изъ нихъ пристально смотрѣть на блестящій предметъ; на примѣръ, можно дать имъ въ руки большую монету. Всякіе признаки легкомыслія со стороны участвующихъ должны быть устранены тѣмъ разъясненіемъ, что дѣло идетъ о серьезномъ опытѣ физическаго явленія, и что всякая склонность къ шуткамъ и насмѣшкамъ можетъ только затормозить ожидаемые результаты и развлечь вниманіе участвующихъ.

**Предварительныя объясненія.** —Объясните присутствующимъ, что вы не намерены дѣлать имъ во время сеансовъ словесныя внушенія. Они должны только пристально смотрѣть на блестящій предметъ, при чемъ онъ будетъ мало-помалу ступшевываться и становиться неяснымъ, а ихъ глаза будутъ понемногу закрываться; затѣмъ,

явится общее чувство отяжелѣнія и снотворности. Предоставьте теперь вашимъ слушателямъ серьезно заняться простой задачей, которую вы имъ задали.

Станьте передъ участвующими и внимательно наблюдайте за ними.

**Наблюдение симптомовъ.** —Время отъ времени и вы будете замѣчать, какъ головы присутствующихъ начнутъ одна за другой склоняться. Нѣкоторые изъ болѣе неугомонныхъ, можетъ быть, начнутъ оглядываться на тѣхъ, кто скорѣе поддастся вліянію, но вы должны тотчасъ же остановить ихъ и всякій обмѣнъ знаками, шопотъ и разговоры, потому что это можетъ разбудить болѣе серьезныхъ субъектовъ.

**Внушение идеи сна.** -Увидя, что два или три слушателя уже поддались вліянію, подойдите спокойно къ нимъ и говорите тихимъ голосомъ, чтобы не вывести ихъ изъ состоянія дремоты, снова, которые способны вызвать представление о снѣ, приблизительно слѣдующія: «Глядя пристально на блестящій предметъ въ вашихъ рукахъ, вы отчасти задержали притокъ крови къ вашему мозгу, такъ что теперь чувствуете сонливость и не въ силахъ противостоятъ позыву ко сну. Эта сонливость будетъ все увеличиваться, если вы будете продолжать смотрѣть на блестящій предметъ. Какъ только кровь отольетъ отъ мозга, вы заснете. Постоянное смотрѣніе на предметъ въ вашихъ рукахъ произвело измѣненіе въ вашемъ кровообращеніи, и теперь вы

мало-по-малу перейдете ко сну. Пусть ничто не мѣшаетъ вамъ въ этомъ!»!

**Пробужденіе общества.** —Нѣкоторые изъ болѣе поддавшихся вліянію засыпають, но черезъ 5 минутъ вы всѣхъ ихъ разбудите, говоря: „Какъ только я сосчитаю „три“, всѣ вы вполнѣ проснетесь и расскажете мнѣ, въ какой степени и насколько сильно вы подвергались вліянію“. Когда затѣмъ экспериментаторъ сочтетъ «разъ, два, три», всѣ присутствующіе открываютъ глаза и сообщаютъ свои наблюденія.

**Выводы из ихъ показаній.** —Нѣкоторые скажутъ, что они ничего не ощущали; другіе признають, что они находились въ сонномъ состояніи и, наконецъ, третьи, что они крѣпко спали. Первые исполнили приказаніе не оглядываться по сторонамъ; вторая категорія, навѣрное, уже находилась подъ вліяніемъ и могла бы при повтореніи опыта также заснуть. Послѣдніе представляютъ подходящихъ субъектовъ, которые достигаютъ того же состоянія, которое воспринималось подходящими лицами при прежнихъ опытахъ, при помощи совершенно другихъ способовъ.

## КАКЪ СТАТЬ ГИПНОТИЗЕРОМЪ.

Качества, необходимыя для хорошаго гипнотизера. — Вопросъ о полѣ не важень. — Что такое собственно гипнотизмъ? — Сила гипноизированія. — Важность вѣрнаго приема. — Развитие могу- щественнаго взгляда.

**Качества, необходимыя для хорошаго гипнотизера.** — Въ предыдущихъ лекціяхъ мы описали четыре различныхъ способа гипнотизированія. На нихъ надо смотрѣть, какъ на фундаментъ многихъ другихъ послѣдующихъ методовъ, изъ которыхъ экспериментаторъ можетъ избрать наиболѣе подходящій ему по натурѣ и обѣщающій наибольшій успѣхъ. Прежде, чѣмъ ближе познакомиться съ этими методами, мы должны, однако, охарактеризовать качества, которыми долженъ обладать хорошій гипнотизеръ.

**Вопросъ о полѣ не важень.** — Хотя въ этомъ сочиненіи постоянно рѣчь идетъ о мужскомъ полѣ, тѣмъ не менѣе хороша извѣстно, что и женщины также могутъ быть хорошими гипнотизерами и такъ же легко могутъ подчиняться вліянію, какъ и мужчины. но не легче ихъ, какъ это часто думаютъ. По моему наблюденію. оба пола почти одинаковы по воспріимчивости къ гипнотическому вліянію, и ни одинъ не за-

служиваетъ въ этомъ отношеніи особаго предпочтенія передъ другимъ.

Хорошій гипнотизеръ долженъ быть приятнымъ въ обращеніи и представительнымъ. Грубый тонъ и такія же манеры совершенно неумѣстны. Онъ долженъ постараться быть вѣжливымъ и убѣдительнымъ, хотя въ то же время долженъ имѣть видъ и голосъ приказывающаго.

**Что такое собственно гипнолизмъ.** — Искусство гипнотизированья собственно заключается только въ томъ, чтобы произвести впечатлѣніе на мозгъ другой личности. Чтобы иослѣднее было наивозможно глубже и продолжительнѣе, гипнотизеръ не долженъ входить въ какое-либо тѣсное сближеніе съ больнымъ или испытуемымъ. Это правило не допускаетъ никакихъ исключеній.

**Сила гипнотизированія.** — Сила гипнотизированія объясняется тѣмъ, что человѣкъ можетъ внушить другому уваженіе, послушаніе и уступчивость. Это качество и авторитетъ врача даетъ право повелѣвать, потому врачи бываютъ хорошими гипнотизерами. Но несомнѣнно, что упомянутыя качества, какъ твердость въ обращеніи и властный видъ, необходимые для всякаго успѣха, могутъ быть приобрѣтены и другими лицами, которыя бы, положимъ, изучили предлагаемый курсъ и заручились опытностью.

**Важность вѣрнаго приѣма.** — Принятая вначалѣ манера сдѣлается впослѣдствіи естественной. Если даже вы и не особенно довѣряете себѣ.

необходимо, чтобы вы в своем поведении и во всей вашей фигуре проявляли самоуверенность. Вы сами и прежде всѣхъ будете изумлены, когда увидите, что все, что вы приказываете, тотчасъ выполняется. Такъ наприкладъ, когда вы испытуемому говорите, что онъ дѣлается соннымъ, хотя не видите въ немъ никакихъ признаковъ сонливости, онъ черезъ нѣкоторое время впадаетъ въ это состояніе; и это обстоятельство производитъ сильное впечатлѣніе на мозгъ испытуемаго, такъ какъ ваше авторитетное заявленіе исполнилось на дѣлѣ. Сначала вы сами удивляетесь подобнымъ фактамъ, но скоро изъ практики убѣдитесь, что всѣ знакомые болѣе или менѣе поддаются внушенію, и что это можетъ осуществляться какъ посредственно, такъ и непосредственно. Прочія необходимыя качества хорошаго гипнотизера—это честность, безпристрастіе и склонность къ каждому быть справедливымъ, свѣтлый открытый взглядъ и, главное, привычка всякому смотреть прямо въ глаза.

**Развитіе могущественнаго взгляда.** —Чтобы сдѣлать свой взглядъ наивозможно мощнымъ, мы посовѣтуемъ начинающему особое практическое упражненіе, а именно, ежедневно утромъ и вечеромъ стоять передъ зеркаломъ въ теченіе 10 минутъ и пристально смотрѣть себѣ въ глаза, ни разу не моргая. Послѣ достаточнаго упражненія вы увидите, что можете продолжить это время и можете также, совсѣмъ не моргая, Смотрѣть въ глаза другому, или на какой-либо

опредѣленный предметъ въ теченіе 1—5 минутъ, а впослѣдствіи вы сможете это продолжить до 10 и даже до 20 минутъ, не утомляясь и такъ, что слезы не будутъ показываться на глазахъ. Это упражненіе содѣйствуетъ также увеличенію глаза, такъ какъ вѣки расходятся, чѣмъ и достигается цѣль, имѣющая для гипнотизера весьма важное значеніе.

## ВЫБОРЪ СУБЪЕКТА.

Какіе субъекты наиболѣе подходящи?—Исключеніе изъ правила. —Чѣмъ отличается трудно поддающійся вліянію субъектъ

**Какіе субъекты наиболѣе подходящи?**—Часто интересующіеся гипнотизмомъ спрашивали, какіе наиболѣе подходящіе для гипнотизированія субъекты, и просили указать имъ признаки, по которымъ можно бы было распознавать лицъ, способныхъ переходить сразу въ сомнамбулическое состояніе. Конечно, только практика даетъ извѣстный навыкъ глазу, но есть нѣкоторые общіе признаки, которые никогда не вводятъ въ заблужденіе. Такъ напр., блондины болѣе доступны гипнотическому вліянію. чѣмъ брюнеты, также мужчины и женщины съ блѣднымъ лицомъ, но не блѣдносѣрымъ цвѣтомъ лица. Изъ темноволосыхъ легче поддаются тѣ, у которыхъ оттѣнокъ волосъ свѣтлѣе, или рыжеватый. Благопріятнымъ признакомъ считается тоже ротъ, выражающій добродушіе. Характеръ предпочтительнѣе доврчивый.

**Исключеніе изъ правила.** —Къ сожалѣнію, правильная классификація въ этомъ отношеніи невозможна, потому что опытъ показываетъ, что есть исключенія, и что иногда наилучшими

сомнамбулистами бывали сильные волей люди, или полнѣйшіе брюнеты. Съ другой стороны блѣднолицыя иногда не поддаются гипнотическому вліянію.

Только при одномъ несомнѣнномъ условіи вы можете съ увѣренностью взяться за дѣло—это, если вашъ видъ внушаетъ испытуемому полное довѣріе во время его бодрственнаго состоянія.

Если испытуемый довѣрчивъ, податливъ и послушенъ, или относится къ гипнотизеру съ нѣкогорымъ страхомъ. — только не съ отвращеніемъ, то вы можете быть увѣрены, что подчините его своему вліянію. Есть люди, выказывающіе глубоко вкоренившееся отвращеніе къ гипнотизму, которое совершенно невозможно преодолѣть. Возиться съ ними—значить, бесполезно терять время, и здѣсь, по моему мнѣнію, причиной не страхъ передъ опытомъ, а именно отвращеніе. Не особенно важно, если медіумъ боится доктора, такъ какъ послѣдній въ нѣсколько сеансовъ можетъ уничтожить эту боязнь, послѣ чего подобный субъектъ обыкновенно выказываетъ наибольшее довѣрія. Мало того, иногда достаточно одного чувства страха, чтобы произвести мгновенный гипнозъ.

**Чѣмъ отличается трудно поддающійся вліянію субъектъ?**—Хуже всего поддаются вліянію лица, которыя, будучи одарены слабой волей, не интересуются психологіей и, повидимому, недостаточно способны признать присущую имъ силу. Косвеннымъ внушеніемъ можно, конечно, на

нихъ дѣйствовать, но словесному они совсѣмъ не поддаются. При этомъ иногда употребляютъ, какъ пособіе, электричество. при содѣйствіи котораго можно производить глубокое впечатлѣніе на умъ трудно поддающихся вліянію людей.

## ПОРАБОЩЕНИЕ.

Типичный случай. — Съ чего начинать, чтобы оказывать влияние на мальчика. — Что говорить? — Цѣль этого метода — Въ комнатѣ должна быть тишина — Слѣдовать за мускульными движеніями мальчика. — Первая стадія катаlepsii или оцѣпенѣнія мускуловъ. — Устраненія оцѣпенѣнія. — Дѣйствіе внушеній. — Какъ поработить-разумъ. — Дальнѣйшія доказательства воспримчивости духа. — Сонъ въ стоячемъ положеніи. — Передача быстрыхъ позитивныхъ внушеній. — Опыты съ обманомъ чувствъ, поражающимъ зрѣніе, — Субъекту нельзя вкушать страхъ. — Активный сомнамбулизмъ. — Обманъ чувствъ, поражающій вкусовое чувство. — Нѣкоторое воздѣйствіе на чувство обонянія. — Пользованіе обманомъ чувствъ, какъ доказательствомъ. — Галлюцинаціи зрѣнія сомнамбулизмъ превращаютъ въ сонъ. — Передача воспитательныхъ внушеній. — Въ случаѣ слишкомъ глубокаго сна.

**Типичный случай.** — Съ цѣлью поученія позволю себѣ привести слѣдующее. Кто-нибудь изъ друзей приводитъ къ вамъ мальчика и говоритъ: „ Я слышалъ, что вы великій гипнотизеръ. Мнѣ было бы очень пріятно, если бы вы показали свою силу на этомъ мальчикѣ. Онъ ничего не имѣетъ противъ того, чтобы быть загипнотизированнымъ и намѣренъ дѣлать все, что вы ему прикажете. Мальчикъ очень отсталъ въ ученіи, онъ не желаетъ работать. Мать прислала его ко мнѣ для того, чтобы его исправить". Такъ какъ я слышалъ объ успѣшности вашего воздѣйствія въ такихъ случаяхъ, то привелъ его къ вамъ, чтобы вы примѣнили къ нему свою

гипнотическую силу и излѣчили бы его, насколько возможно, отъ привычки лѣниться. Испробуйте на немъ ваше искусство". Это—типичный случай. обычно встрѣчающійся въ практикѣ всякаго гипнотизера. Теперь опишемъ подробно правильный методъ опыта, чтобы изучающій узналъ, какъ нужно поступать въ такихъ случаяхъ.

**Съ чего начинать, чтобы оказывать вліяніе на мальчика?**—Приблизьтесь къ мальчику увѣренно и довѣрчиво, возьмите его лѣвую руку въ свою правую и положите ему. Въ это же время запрокиньте его голову такъ, чтобы взглядъ его былъ направленъ вверхъ, а глаза обращены прямо на васъ.

Конечно, эти подготовленія нѣсколько испугаютъ мальчика. Но вы должны сказать, что не причините ему никакой боли, и что онъ скоро самъ заинтересуется опытомъ. Увѣрьте мальчика, что никто не собирается причинить ему вредъ, никто не будетъ втыкать, напр., иголку въ голову, или вообще, дѣлать ему больно. Оба вы должны продолжать смотрѣть другъ другу въ глаза и вы, стоя псредь мальчикомъ успокаивая его, заставляйте его производить то, что вы приказываете, и скажите, что собиравстесь его усыпить. Вы посадите его въ кресло и дадите ему въ руки маленькую серебряную монету, на которую прикажите ему смотрѣть. Бмѣсто *серебряной монеты* можно взять какой-либо иной блестящій предметъ. Затѣмъ объясните ему, что съ нимъ не случится ничего особен-

наго, что сонъ его будетъ вполнѣ здоровымъ и натуральнымъ, Далѣе сообщите ему, что, глядя нѣкоторое время на блестящій предметъ, онъ захочетъ спать, что его все болѣе и болѣе будетъ клонить ко сну и что, наконецъ, сами собой закроются глаза, и онъ вполнѣ заснетъ.

**Что говорить?**—Повторяйте еще разъ положительнымъ тономъ и съ ударсиемъ въ голосѣ, что долженъ дѣлать мальчикъ. „Смотри пристально на предметъ, находящійся въ твоей рукѣ. Не обращай вниманія ни на лицъ, входящихъ въ комнату, ни на какой-либо шумъ. Твои вѣки становятся все болѣе тяжелыми. Ты будешь настолько соннымъ, что не будешь въ состоянii открыть ихъ". Теперь станьте за его стуломъ, положите правую руку на затылочную часть головы мальчика и крѣпко надавливайте, не причиняя ему при этомъ никакого неприятнаго чувства. Затѣмъ дайте ему нѣкоторое время, чтобы придти въ сонное состоянiе, ибо все пропало, если это дѣло прервано. Затѣмъ возобновить внушенiе слѣдующимъ образомъ: „Твои глаза станутъ все болѣе тяжелыми. Ты будешь все болѣе и болѣе соннымъ; пройдетъ еще короткое время, и ты не будешь въ состоянii держать глаза открытыми; но ты не долженъ закрыть ихъ раньше, чѣмъ я прикажу это тебѣ. Теперь едва ли ты можешь, какъ слѣдуетъ, видѣть монету; все сливается, но тѣмъ не менѣе смотри пристально, пока я тебѣ не скажу закрыть глаза".

Цѣль этого метода. — Говорите рѣшительнымъ, но вполнѣ спокойнымъ тономъ съ ребенкомъ. Всѣ внушенія должны быть сдѣланы такъ, чтобы они запечатлѣлись въ сознаниі его, какъ дѣйствительные факты. Далѣе ему внушается идея о снѣ; разговоръ продолжается, и мальчику надо слушать; онъ долженъ ясно понять, что ему говорятъ. При постоянно повторяемомъ внушеніи сна глаза его дѣйствительно сдѣлаются скоро сонными, они начнутъ все болѣе и болѣе тяжелѣть, и тогда скажите: „Твои глаза готовы уже сомкнуться; ты насилу можешь ихъ держать открытыми“. При этомъ голосъ вашъ долженъ смягчаться не быть такимъ повелительнымъ, а сдѣлаться сонливымъ, захѣмъ продолжайте еще болѣе соннымъ голосомъ, растягивая слова, какъ бы вы сами сильно утомлены и желаете спать: „Теперь глаза твои должны закрыться; ты не можешь ихъ держать открытыми; они закроются, и ты будешь спокойно спать; закрой совсѣмъ глаза“. Правая рука ваша лежитъ, какъ и прежде, на затылкѣ ребенка, лѣвую кладите ему на лобъ и говорите: „Спи!“ Это приказаніе должно быть отдано вполнѣ спокойно, но рѣшительно. Иногда вѣко мальчика нѣсколько секундъ будутъ моргать, можетъ даже долѣе; но вскорѣ мускулы его ослабнутъ, и мальчикъ со вздохомъ облегченія и удовольствія опустится на спинку стула. Въ этомъ положеніи его надо оставить и нѣкоторое время не обращаться къ нему ни съ какой рѣчью.

**Въ комнатѣ должна быть тишина** — Отъ чело-  
вѣка, сопровождающаго мальчика, требуйте,  
чтобы онъ во все- время сеанса сидѣлъ совер-  
шенно тихо не производя ни малѣйшаго шума,  
который бы могъ отвлечь вниманіе, и чтобы  
онъ не дѣлалъ никакихъ замѣчаній ни вамъ,  
ни мальчику. Понятно, что обо всемъ этомъ  
надо переговорить до начала сеанса.

**Слѣдить за мускульнымъ движеніемъ мальчика.**  
Давши мальчику нѣсколько минутъ покоя, ска-  
жите очень тихимъ голосомъ: „Ты теперь крѣпко  
уснулъ, и ничто тебя не разбудитъ; ничто тебя  
не встревожитъ; ты тогда будешь въ состояніи  
открыть глаза, когда я тебѣ это прикажу но ты  
не будешь въ состояніи ихъ открыть, если я  
тебѣ скажу, что ты не можешь этого сдѣлать.  
Ты останешься въ этомъ снѣ. Теперь я подниму  
твою руку, и это не должно тебя нисколько  
потревожить, ничто тебя не разбудитъ!"

При этомъ тихонько отнимайте свою руку  
отъ затылка мальчика и проводите ею два или  
три раза по ближайшей его рукѣ. Затѣмъ быстро  
приводите ее въ горизонтальное положеніе и  
говорите: „Твоя рука неподвижна и останется  
въ томъ положеніи, какъ я ее протянулъ". Про-  
ведите по рукѣ еще два, или три раза и произ-  
несите: „Ты видишь, она остается твердой и  
неподвижной; ты ее не можешь болѣе опустить,  
Она останется въ томъ положеніи, въ какомъ  
я пожелаю. Ты спишь здоровымъ сномъ и бу-  
дешь теперь все дѣлать, что я тебѣ прикажу.  
Проснувшись ты можешь только тогда, когда я

тебѣ прикажу". И, дѣйствительно, рука остается въ томъ положеніи, въ которое вы ее привели. Можно еще добавить: „Никто не можетъ согнуть и опустить твою руку, пока я не позволю“.

**Первая стадія каталепсіи или оцѣпенѣнія мускуловъ.** —Можно и со второй рукой поступить точно такъ же: совѣтуемъ иноги привести въ такое же оцѣпенѣлое состояніе, понятно при томъ условіи, если организмъ мальчика таковъ, что здоровье его не пострадаетъ.

**Устраненіе оцѣпенѣнія.** —Когда члены мальчика будутъ приведены въ такое горизонтальное положеніе, говорите такъ: Ну теперь я это вліяніе мало-по-малу устраню; я сдѣлаю движеніе надъ твоей лѣвой рукой отъ запястья къ плечу и освобожу ее отъ оцѣпенѣнія". Исполнивши это, добавьте: „Теперь твоя рука свободна, и ты можешь опустить ее внизъ". То же самое производится и съ другой рукой, при чемъ надо постараться устранить изъ его мышленія сообщенное ему при экспериментѣ понятіе о мускульномъ оцѣпенѣніи. „Ты теперь находишься въ здоровомъ снѣ, —продолжаете вы, —и будешь тѣлать то, что я тебѣ прикажу. Никто не можетъ тебя разбудить, кромѣ меня одного“.

**Дѣйствіе вашихъ внушеній.** —Такимъ образомъ вы показали свою силу надъ мускульной системой испытываемаго. Внушивъ еще нѣсколько разъ, что онъ можетъ дѣлать только то, что прикажетъ доктрръ, а не то, что онъ могъ бы дѣ-

лать въ нормальномъ состояніи, вы такъ подчините его своему вліянію, что онъ, напр., только по вашему приказанію сможетъ опустить руку. Такимъ образомъ получается такой результатъ, что пациентъ съ этихъ поръ вѣрить всему, что вы ему говорите, и при многократномъ повтореніи внушенія очутится, такъ сказать, въ борьбе съ собственнымъ,, я". Онъ начнетъ дѣлать то, что многіе дѣлаютъ: онъ употребитъ всѣ усилія, чтобы опустить руку; но зная твердо, что онъ этого не можетъ, онъ не будетъ въ силахъ сдѣлать это. Надѣмся, что вамъ становится теперь понятнымъ, что значитъ обладать силой положительнаго внушенія, если послѣднѣе можетъ быть передано мозгу въ такое время, когда умственные силы не обладаютъ своей высшей дѣятельностью.

**Порабощеніе разума.** — Когда мальчикъ погруженъ въ глубокій сонъ, или даже полусаснулъ, онъ не думаетъ такъ, какъ бы думалъ въ бодрственномъ состояніи, а потому внушеніе о невозможности поднять руку, можетъ показаться ему вполне естественнымъ, и онъ откажется отъ этой попытки. Такимъ образомъ, мозгъ его находится въ воспримчивомъ для внушенія состояніи, и тогда можно производить дальнѣйшіе эксперименты, относящіеся къ управленію его мускульной дѣятельностью.

**Дальнѣйшія доказательства воспримчивости духа.** — Точно такъ-же, какъ вы съ согласія или безъ согласія мальчика могли доказать, что онъ не

можетъ опустить руки, если вы ему, этого не позволяете, такъ же можете доказать ему или другимъ присутствующимъ, что паціентъ не можетъ открыть глазъ, если вы внушите, что онъ не можетъ этого сдѣлать; что онъ не можетъ закрыть полуоткрытый рогъ, если вы прикажете ему оставить ротъ открытымъ, или что онъ не можетъ сдвинуться съ своего мѣста, если ему будетъ внушено, что онъ къ нему привязанъ и утратилъ способность движенія.

**Сонъ въ стоячемъ положеніи.** —Теперь поставьте мальчика на ноги, быстро проводя руками отъ его головы по рукамъ, внизъ до ногъ, при чемъ слегка только касайтесь платья спящаго. Повторяя эти движенія нѣсколько разъ съ обѣихъ сторонъ, вы говорите ему „Ты можешь точно такъ же легко и спокойно спать стоя, какъ раньше спалъ въ удобномъ креслѣ. Ты откроешь глаза, какъ только я тебѣ прикажу, и ты будешь видѣть то, что я тебѣ прикажу. Ты будешь чувствовать, что я тебѣ прикажу, и все тебѣ покажется какъ бы въ дѣйствительности". Далѣе продолжайте: „Хотя я тебѣ приказываю открыть глаза, но ты отнюдь не проснешься. Ты все будешь продолжать спать, и ты увидишь весьма интересныя вещи, но ты не будешь пугаться и не будешь удивляться, какимъ образомъ эти вещи здѣсь появились. Ты будешь только знать, что ты ихъ видишь, что онѣ для тебя, дѣйствительно существуютъ.

Обманъ чувствъ, поражающій вкусовое ощущеніе. — Оставьте мальчика на нѣсколько минуъ стоять и качаться на ногахъ, причеъ говорите: "Ты очень неравнодушенъ къ плодамъ и очень лю-



Каталептическое состояніе.

бишь яблоки и апельсины. Здѣсь, вотъ, прекрасное яблоко, очень хорошее, которое ты можешь получить и тотчасъ же кушать. Ты будешь думать, что никогда еще не ѣлъ такого превосходнаго

яблока, такого сладкаго. Возьми его и кушай". Вы можете дать мальчику въ руку обыкновенную сырую картофелину, которую онъ будетъ ѣсть съ величайшимъ удовольствіемъ. До сихъ поръ еще испытуемаго не заставляли говорить, но теперь насталь моментъ, когда его можно спрашивать, и онъ будетъ отвѣчать. Опросіте, понравилось ли ему яблоко. Если онъ не тотчасъ отвѣгитъ, то ему надо внушить, что онъ такъ же хорошо можетъ говорить, какъ и въ бодрственномъ состояніи. Когда мальчикъ отвѣтитъ, что ему яблоко страшно понравилось, и онъ желалъ бы получить такое же другое. Такимъ образомъ, вамъ удалось вызвать въ мальчикѣ иллюзію вкуса.

**Передача быстрыхъ позитивныхъ внушеній.** — При этомъ опытѣ вы должны говорить очень быстро и не останавливаясь. Представленіе, которое вы передаете мальчбге, должно въ его мозгу превратиться въ дѣйствительность. Если вы на минуту замѣшкаетесь или будете говорить не совсѣмъ рѣшительнымъ тономъ, то мальчикъ можетъ проснуться, обратиться къ вамъ съ вопросами и выказать сомнѣніе. Задача экспериментатора заключается единственно въ томъ, чтобы внушить свои мысли мальчику.

**Не внушите страха субъекту.** — Силу гипнотизма можно также легко доказывать только такими опытами, которые производятъ на испытуемаго пріятное впечатлѣніе, а не вызываютъ страха. Я, по крайней мѣрѣ, рѣшительно высказываюсь противъ употребленія послѣднихъ опытовъ.

**Опытъ съ обманомъ чувства зрѣнія.** — Возьмите простую палку и передайте ее въ руки мальчика со словами: „Ты не боишься змѣй, ты всегда желалъ имѣть игрушкой змѣю. Открой глаза и смотри на змѣю, которую я сейчасъ вложилъ въ твою руку. Она тебя не укуситъ, не причинитъ тебѣ вреда. Ты ее не боишься. Держи ее крѣпче, а то она выскользнетъ“. Мальчикъ открываетъ глаза и вмѣсто палки видитъ змѣю, какъ это было ему внушено. Но такъ какъ ему предписали не тревожиться этимъ, то онъ съ удовольствіемъ будетъ смотреть и даже поласкаетъ мнимую змѣю. Если вы пожелаете, вы можете моментально это спокойное чувство превратить въ сильный страхъ, восклицая: «Боже мой! осторожнѣе! она тебя укуситъ». Такимъ именно образомъ устраиваются публичные сеансы. На всѣхъ ихъ оперируютъ съ представленіями боязни или симпатіи, или, лучше сказать, возбужденія данныхъ лицъ.

**Активный сомнамбулизмъ.** — Мальчикъ находится въ состояніи такъ называемаго активнаго сомнамбулизма. Вы вызывали въ немъ иллюзію, давши ему въ руки предметъ и заставивши его считать этотъ предметъ совсѣмъ не тѣмъ, что онъ есть. Вашимъ внушеніемъ предметъ въ мозгу мальчика превратился въ иной и получился обманъ чувствъ. Дальше со словами: „Теперь мы оставимъ змѣю“. берите палку изъ рукъ мальчика, кладите ее въ сторону, послѣ чего быстро и твердо проведите руками по его

лицу, говоря: „Спи“! и этого вполне достаточно, чтобы превратить активный сомнамбулизм въ глубокой сонъ.

**Воздѣвствіе начувство обонянія.** — Вы можете подвергать мальчика въ теченіе нѣкотораго времени разнымъ испытаніямъ. Можно, напр., совершенно уничтожить у него чувство обонянія, такъ что онъ можетъ не почувствовать, когда ему поднесутъ къ носу открытую стклянку съ нашатыремъ. Мало того, можно черезъ внушеніе увѣрить его, что въ стклянкѣ съ нашатыремъ одеколонъ, и онъ съ наслажденіемъ будетъ вдыхать этотъ запахъ.

**Пользованіе обманомъ чувствъ.** — Опыты обмана чувствъ полезны только тѣмъ, что служатъ явнымъ доказательствомъ того, что въ человѣческомъ мозгу есть сила высшая, чѣмъ та, которую мы можемъ наблюдать въ обыденной жизни. Эти обманы доказываютъ присущую гипнотизму правду и его поразительную силу. Этимъ доказательствомъ можно вполне удовлетвориться и не пользоваться обманомъ чувствъ для зловредныхъ цѣлей.

**Галлюцинація зрѣнія.** — Давши мальчику нѣсколько минутъ отдыха и усыпивши его, какъ выше показано, обратитесь къ нему съ такими словами: «Когда ты откроешь глаза, ты можешь тамъ въ углу, на креслѣ, увидать свою маму». Понятно вы должны заранѣе удостовѣриться,

жива ли мать мальчика. «Твоя мама пришла сюда посмотреть, чѣмъ ты занимаешься, и ты будешь очень радъ съ ней встрѣтиться и поговорить. Какъ только откроешь глаза, ступай въ уголь, гдѣ она сидитъ, и поговори съ ней, а потомъ скажи мнѣ, что она тебѣ скажетъ. Открывай же глаза и ступай къ ней!" Мальчикъ встанетъ и пойдетъ, глядя неподвижнымъ взглядомъ въ тотъ уголь, гдѣ предполагаетъ видѣть мать. Смотря по его характеру и наклонности, онъ будетъ вести съ матерью болѣе или менѣе продолжительный разговоръ. Если онъ разговорчивъ отъ природы, то будетъ ей предлагать всевозможные вопросы и выказывать большой интересъ къ ея отвѣтамъ. Такимъ образомъ вамъ удастся вызвать галлюцинацію, другими словами, удастся въ чужомъ мозгу воспроизвести такой образъ, котораго совсѣмъ не было въ дѣйствительности. Черезъ это можно распознавать разницу между иллюзіями, или обманомъ чувствъ, и галлюцинаціями или явленіями во снѣ.

**Превращеніе сомнамбулизма въ сонъ.** —Теперь подойдите къ мальчику, проведите руками по его глазамъ и прикажите ему: «Спи! Теперь ты, конечно, не будешь бояться гипнозизма и изъ расположенія ко мнѣ тотчасъ же будешь засыпать, какъ только я буду класть руку тебѣ на голову и приказывать: «спи». Болѣе нѣтъ надобности подвергать тебя скучнымъ опытамъ; ты во всякое время дня будешь мгновенно засыпать, какъ только я того захочу и тебѣ прикажу. Теперь иди опять на свое кресло, чтобы

заснуть тамъ глубокимъ сномъ, а я во время сна дамъ тебѣ необходимыя внушенія, чтобы избавить тебя отъ привычки къ лѣни. Итакъ, ступай къ твоему креслу и спи глубокимъ сномъ!»! Послѣ этого мальчика оставляютъ минутъ на пять при полнѣйшей тишинѣ въ комнатѣ.

**Передача воспитательныхъ внушеній.**—Положите руки на голову мальчика и говорите: «Ты очень отсталъ, въ ученіи и былъ постоянно лѣнивымъ мальчикомъ. Между тѣмъ совсѣмъ не въ твоей натурѣ быть лѣнивымъ или непослушнымъ, н съ этого времени ты покажешь *себя* совсѣмъ въ другомъ свѣтѣ. Ты приложишь всѣ старанія, чтобы добиться успѣха въ школѣ, будешь слушаться родителей и во всѣхъ отношеніяхъ сдѣлаешься хорошимъ мальчикомъ. Твое здоровье поправится, и съ этихъ поръ ты будешь чувствовать себя крѣпкимъ, сильнымъ и прилежнымъ. По природѣ ты умный и способный мальчикъ, и теперь все, что въ тебѣ есть хорошаго, проявится наружу. Мы прогонимъ непослушаніе и лѣнь и не потерпимъ болѣе ни того, ни другого. Пока спи минутъ десять, потомъ проснись и не вспоминай ничего, что произошло за это время. Ты во всѣхъ отношеніяхъ будешь себя чувствовать. Ты не будешь помнить ни одного внушенія, которое я въ тебѣ вызвалъ, а также въ твоей памяти не останется ни малѣйшаго слѣда тѣхъ обмановъ чувствъ, которыя въ тебѣ были вызваны. Во всѣхъ отношеніяхъ ты будешь вполне здоровъ. Спи теперь десять минутъ и проснись вполне самостоятельно». При

непрерывной полной тишинѣ въ комнатѣ сядьте на стулъ въ нѣкоторомъ разстояніи отъ мальчика и вы увидите, какъ ровно черезъ десять минутъ, почти секунда въ секунду, а можетъ быть, немного ранѣе, паціентъ проснется вполнѣ здоровымъ.

**На случай черезъ чуръ глубокаго сна.** — Въ весьма рѣдкихъ случаяхъ можетъ произойти то, что мальчикъ черезчуръ глубоко заснетъ, и самъ не проснется въ назначенное время. Тогда вы должны подойти къ нему и, снова положивши руки на его голову, сказать: «Ты хорошо отдохнулъ, чувствуешь себя совершенно здоровымъ и въ хорошсмъ настроеніи духа. Когда я сочитаю до «трехъ», ты проснешься, совершенно проснешься. Разъ, два, три, просыпайся!» Паціентъ откроетъ глаза и, можетъ быть, выразитъ удивленіе по поводу продолжительности времени, которое, судя по часамъ, прошло съ тѣхъ поръ, какъ его оставили на креслѣ. То обстоятельство, что мальчикъ спитъ дольше, чѣмъ вы желаете, не грозитъ опасностью, предполагая, конечно, что вы строго слѣдовали главнымъ указаніямъ, рекомендованнымъ здѣсь. Въ прочивномъ случаѣ опасность, дѣйствительно, существуетъ, и надо постоянно помнить, что при извѣстныхъ обстоятельствахъ паціентъ спитъ дольше, и его невозможно разбудить даже съ большими усиліями. Къ утому вопросу мы обратимся въ другомъ мѣстѣ и постараемся выяснитъ, что во всѣхъ такихъ случаяхъ крайне непріятное состояніе было вызвано самимъ операторомъ.

**Внѣсознательная часть разума.** —До сихъ поръ мы показали читателю лишь типичные случаи выполненія гипнотическихъ опытовъ. Послѣ этой предварительной подготовки мы покажемъ, какую роль играетъ внѣсознательная область разума при этихъ явленіяхъ. Это очень просто и подтвердить вѣрность того положенія, что человѣкъ никоимъ образомъ не есть твореніе, одаренное лишь однимъ извѣстнымъ сознаниемъ, но въ немъ еще господствуетъ второе сознание, которое мы назовемъ «внѣсознательной областью».

**Очевидность двойного сознанія.** —Всякому извѣстенъ тотъ фактъ, что ночью, во время сна, проявляется совершенно иное сознание, чѣмъ въ состояніи бодрствованія,—сознание, которое въ своихъ главныхъ чертахъ очень отличается отъ послѣдняго. Самое важное различіе здѣсь заключается въ томъ, что въ сновидѣніяхъ, вообще, очень мало разумнаго. Отсутствіе всякаго разумнаго образа мыслей—вотъ, что главнымъ образомъ составляетъ различіе между дѣйствительнымъ сознаниемъ и внѣсознаниемъ. Въ другомъ же отношеніи оба совершенно сходны другъ съ другомъ,—именно, представляющаяся въ сновидѣніяхъ жизнь является почти полнымъ подражаніемъ жизненныхъ явленій, совершающихся на яву. Всѣ сновидѣнія даютъ точныя картины переживаемыхъ нами въ дѣйствительности фактовъ. Люди, которыхъ, какъ намъ кажется, мы видимъ во снѣ, бываютъ почти всегда лишь тѣми лицами, которыхъ мы знаемъ въ

жизни или же знали раньше. Такимъ образомъ мы можемъ съ полнымъ правомъ утверждать, что дѣйствительное сознаніе и сознаніе во время сна обозначаютъ собою два различныхъ состоянія разсудка, состояніе бодрствованія и состояніе сна, но что они, однако, будучи сами по себѣ различны, все же, внутренне связаны между собою, потому что между ними много общихъ признаковъ.

**Вѣще сны и гипнозъ.** —Мнѣніе, Флауэра однако, не сходится съ фактами, сообщаемыми проф. Аткинсономъ по поводу явленій во снѣ лицъ, которыхъ до того времени не видѣли вовсе. Подсознательное состояніе психики, также, какъ и подсознательная память индивида, даетъ такія явленія, которыя объяснить возможно лишь допуская, что воспроизводится память давно умершихъ предковъ. Такъ напримѣръ, Спиноза видѣлъ во снѣ группу Граховъ, никогда до сихъ поръ на яву не видѣнную имъ. Когда годъ спустя Спиноза былъ въ Римѣ и увидѣлъ воочию группу, то невольно вспомнилъ о своемъ снѣ. Самогипнозъ тутъ исключается, такъ какъ Спиноза до того времени не видѣлъ даже и печатнаго изображенія знаменитой группы Граховъ.

Аналогичный случай рассказывалъ Virchow на съѣздѣ невропатологовъ въ Берлинѣ о себѣ. Онъ также видѣлъ знамениаго Гуфланда во снѣ, изображеніе котораго также никогда не попадало ему на глаза.

Когда въ Лейпцигѣ Virchow впервые дер-

жалъ въ рукахъ портретъ Гуфланда, то вспомнилъ о своемъ снѣ.

Еще болѣе удивителенъ сонъ Императрицы Евгениі, видѣвшей задолго до смерти своего сына кафра Коэтсиана, какъ извѣстно, руководившаго отрядомъ, отъ рукъ котораго погибъ ея сынъ. Впослѣдствіи въ англійскихъ иллюстрированныхъ журналахъ она усмотрѣла въ лицѣ кафра то лицо, которое ей являлось во снѣ держа въ рукахъ окровавленный огромный мечъ.

О другомъ фактѣ рассказываетъ Жоржъ Онэ, когда къ нему явилась во снѣ старуха и шепнула ему, чтобы онъ остерегался для сына всякихъ лодокъ. Сынъ погибъ на Женевскомъ озерѣ и женщину, видѣнную во снѣ, онъ узналъ три года спустя въ лицѣ абтиссы Жозефины, которую до того времени никогда не встрѣчалъ.

Жозефина, однако, знала сына Ж. Онэ, такъ какъ дочь писателя однажды гостила въ этомъ монастырѣ, куда за нею пріѣзжалъ братъ. \*

Общія свойства.—Одно изъ этихъ свойствъ заключается въ памяти. Въ то время, какъ наша память въ состояніи бодрствованія часто покидаетъ насъ и по временамъ плохо дѣйствуетъ, во внѣсознательной жизни она показываетъ удивительную точность. При внѣсознательномъ состояніи, такъ сказать, ведется точная приходорасходная книга обо всѣхъ жизненныхъ явленіяхъ. Ее можно кратко назвать дневникомъ души, и кажется, какъ будто поднимается за вѣса бодрствующаго сознанія съ его заботамъ и опасеніями и внѣсознательная память даетъ

доказательства изумительной твердости и силы. Такимъ образомъ у людей внезапно, передъ глазами смерти, начинаетъ говорить ихъ совесть, и передъ ихъ внутреннимъ существомъ проходятъ, какъ въ панорамѣ, длинной вереницей всѣ происходившія съ ними событія. Покровъ, до сихъ поръ покрывавшій дѣйствительное сознаніе, поднимается. Иногда этотъ покровъ бываетъ приготовленъ изъ очень тонкой матеріи такъ что по временамъ люди даже въ состояніи бодрствованія чувствуютъ себя оторванными отъ дѣйствительной жизни и предаются фантастическимъ сновидѣніямъ. Такимъ людямъ внѣсознательное состояніе даетъ въ общемъ больше дѣйствительности, чѣмъ сознательное. При примѣненіи гипнотизма мы можемъ совершенно устранить это покрывало и доставить данному лицу возможность воспользоваться вполнѣ своими свойствами, проявляющимися во внѣсознательномъ состояніи.

**Довѣрчивость и легковѣріе** внѣсознательнаго состоянія. —Внѣсознательный разсудокъ не только въ достаточной степени довѣрчивъ, но охотно и легко вѣритъ всему, что ему говорятъ. Онъ не догадывается спросить, или оказать сопротивленіе проявляемымъ на немъ внушеніемъ—точно такъ же, какъ и вы сами не можете противостоятъ своимъ сновидѣніямъ, когда видите ихъ ночью.

**Гдѣ находится сила.** — Поэтому мы можемъ охарактеризовать гипнотизмъ, какъ состояніе со-

знательнаго покоя при внѣсознательной дѣятельности. Причину того, что гипнотизмъ является полезнымъ для лечебныхъ цѣлей, мы видимъ въ индивидуальной силѣ, заключающейся во внѣсознательномъ состояніи. Здѣсь находится движущая сила. Бодрствующій разумокъ приказываетъ и отпечатываетъ въ то время, какъ отдаетъ свои приказанія внѣсознательному разумку, послѣдній охотно ихъ воспринимаетъ, вѣритъ въ данное ему внушеніе и пунктуально выполняетъ отданныя ему приказанія. Это такъ же подтверждается вообще въ жизни, какъ и во время гипноза на людяхъ, надъ которыми производятъ опыты. Цѣлебная сила гипнотизма поэтому, главнымъ образомъ, оказывается дѣйствительной во время внѣсознательнаго состоянія.

**Vis medicatrix naturae.** — (Цѣлебная сила природы). — Божественный законъ природы состоитъ въ томъ, что она все болѣе и болѣе стремится исцѣлять отъ болѣзней и исправлять ненормальности безъ помощи и безъ сознательнаго воздѣйствія. Но часто можетъ *быть*, что неправильныя мысли, возникающія въ бодрствующемъ человѣкѣ, наполняютъ внѣсознательную область такими убѣжденіями и пороками, что она безсильна въ борьбѣ съ этимъ зломъ и должна прибѣгать къ внѣшней помощи. Такой внѣшней помощью и является гипнотизмъ, т. е. принесеніе извнѣ возбужденія полусознанію. Внушенія экспериментатора проявляются въ видѣ помощи, съ цѣлью снова возстановить въ сво-

ихъ правахъ упомянутый священный законъ вѣчнаго цѣлебнаго побужденія, и это побужденіе, такъ сказать, является благомъ для полусознанія. Это въ высшей степени разумный и благодѣтельный законъ.

Сила вѣры. —Огромо говоря, можно было бы назвать цѣлебную силу гипнотизма силой пациента, въ которой проявляется его воспріимчивость и которая побуждаетъ его вѣрить въ цѣлебныя для него внушенія, разъ только такія бы были переданы внѣсознательной области его ума. Помните, что цѣлебная сила не замѣтна въ бодрствующемъ состояніи. Она собственно относится къ числу сбереженій внѣсознательнаго разсудка и можетъ быть развита самимъ человѣкомъ для собственной пользы, путемъ самовнушенія или при помощи гипнотизма, какъ это было указано выше. Въ обоихъ случаяхъ стремится-ли данная личность сама себя лѣчить, или быть излѣченной другимъ лицомъ, дѣло идетъ объ одномъ и томъ же средствѣ, о сознательномъ или бодрствующемъ разсудкѣ, который производитъ впечатлѣніе на внѣсознательный разсудокъ и который способенъ исцѣлять. Итакъ, это средство въ первомъ случаѣ мы называемъ «самовнушеніемъ», а во второмъ—«гипнотизмомъ».

Различіе между гипнозомъ и естественнымъ сномъ. — Я уже упоминалъ разъ о необычайно хорошей

памяти, проявляющейся при гипнозѣ; поэтому гипнотическое состояніе и естественный сонъ нельзя считать за одно и то же. При гипнозѣ умственныя силы человѣка проявляются съ особенной яркостью. Если же ему предоставлено будетъ безъ помѣхи спать, безъ какого-либо внушенія со стороны гипнотизера, то гипнозъ обыкновенно переходитъ въ естественный сонъ, На основаніи этого мы можемъ спокойно утверждать, что гипнозъ развивается изъ сна и снова переходитъ въ сонъ \*,

**Лѣченіе** во время естественнаго сна. — Точно такъ же, какъ гипнозъ развивается изъ искусственнаго сна, онъ можетъ развиваться и изъ естественнаго. Въ Америкѣ въ настоящее время многими родителями пробуются лѣченіе дѣтей во снѣ, конечно, при полномъ изученіи этого метода. Лѣченіе это идетъ весьма успѣшно, особенно когда требуется уничтожить въ дѣтяхъ дурныя привычки, улучшить здоровье и внушить прилежаніе. Родители во время сна дѣтей ?оворятъ съ ними и заставляютъ ихъ отвѣчать во снѣ. Важнѣйшее условіе при этомъ заключается въ томъ, чтобы родители или докторъ были вполнѣ увѣрены на счетъ вниманія даннаго субъекта. Этотъ методъ изложенъ для американцевъ еще въ 1897 г. въ маленькой брошюрѣ подъ заглавіемъ: «Воспитаніе во время

\*) Это мнѣніе подтверждаютъ также проф. Бехтеревъ и Ковалевскій, которыя этому вопросу удѣлили въ своихъ лекціяхъ особое вниманіе.

сна» Жюль Гронье и тамъ приведено много примѣровъ, замѣчательныхъ и удачныхъ опытовъ.

Эимъ простымъ способомъ совершенно излѣчивается заиканье, мочеиспусканіе, хорей, нервозносгь и дурныя привычки, Если читатель припомнить, что было сказано въ предыдущей главѣ о силѣ, присущей внѣсознательному разсудку, то ему будетъ понятна философія системы,

методъ, примѣняемый во Франціи. — Спустя почти годъ послѣ обнародованія этого открытія, полвился въ Парижѣ, въ „Revue de l'hypnoses", рядъ статей доктора Поля Фарэ, вполне подтверждающихъ мою теорію и вытекающіе изъ нея результаты. Психологи твердо установили, что вліяніе на воспитаніе и нравственную сторону человѣка легче и глубже запечатлѣваются у спящихъ людей. Примѣняемый при ономъ методъ всегда одинъ и тотъ же, и нѣтъ надобности снова къ нему возвращаться. Въ предыдущихъ главахъ было указано, какъ дѣлается положительное внушеніе, но для большей наглядности приведемъ такой примѣръ: Предположимъ, что у васъ есть сынъ, привыкшій заикаться. Эта привычка часіо является у дѣтей отъ подражанія кому-нибудь изъ знакомыхъ. Чтобы съ успѣхомъ побороть ее, надо, отпуская ребенка спать, сказать ему: „Ночью, когда ты будешь крѣпко спать, я приду къ тебѣ и кое-что тебѣ скажу. Ты нисколько не долженъ удивляться этому и совсѣмъ не долженъ просыпаться. Все-таки, ты долженъ бу-

дешь мнѣ отвѣчать, когда я предложу тебѣ нѣсколько вопросовъ"

Методъ передачи внушеній во время сна. — Спустя нѣкоторое время послѣ того, какъ сынъ вашъ уснулъ, вы подходите къ нему, ложитесь на кровать и начинаете его гладить по лбу, чтобы вызвать въ умѣ его представленіе о томъ, что вы возлѣ него, но все эго должно быть сдѣлано такъ тихо, чтобы не разбудить его. Понятно, что толчекъ, или что-либо подобное встревожить его сонъ, и тогда уже придется поступить, какъ при гипнотизированіи, т. е. вы должны сказать ему, что все въ порядкѣ, что онъ долженъ тотчасъ же закрыть глаза и крѣпко спать. Въ такомъ случаѣ внушенія должны быть сдѣланы быстро и настоятельно, чтобы онъ вскорѣ ослабѣлъ и задремалъ, а затѣмъ погрузился бы въ здоровый сонъ и не просыпался, пока вы будете съ нимъ говорить. Во всякомъ случаѣ, есть вѣроятность, что онъ не проснется, если вы точно послѣдуете данному указанію. Терпѣливо и медленно вы должны мало-по-малу обратить на себя его вниманіе. Отнюдь вы не должны его подгонять, или возвышать голосъ, а должны говорить тихо, внятно и безъ всякой торопливости.

Тихое внушеніе. — Вы говорите спокойнымъ голосомъ. „Ты теперь хорошо спишь и не проснешься. Ты слышишь, что я съ тобой говорю, но то, что я скажу, не должно потревожить



твоей сонъ. Ты можешь отвѣчать на мои вопросы. Ты теперь хорошо себя чувствуешь?" По всей вѣроятности, сначала онъ не отвѣтитъ. Надо научить его отвѣчать вамъ, не просыпаясь. Для этого вы должны все время тихонько гладить его рукой по лбу, чтобы возбудить все его вниманіе. Затѣмъ вы слегка кладете ему на ротъ палецъ и говорите: „Когда я кладу тебѣ палецъ на ротъ, ты будешь въ состояніи мнѣ отвѣчать. Ты можешь сказать „да“. Обыкновенно при этомъ губы ребенка начинаютъ шевелиться, какъ будто бы онъ хочетъ что-то произнести; но еще ничего не слышно; тѣмъ не менѣе, замѣтя движенія губъ, вы должны повторить прежнее внушеніе и ясно высказать, что въ будущій разъ—можетъ быть, уже на слѣдующій день—онъ будетъ легко ствѣчать вамъ.

**Лѣченіе заиканія.** —Для излѣченія заиканія вы прибавите: „Ты увидишь, что завтра будешь въ состояніи мнѣ отвѣчать, не мѣшкая. Ты будешь въ состояніи говорить такъ же хорошо, легко и внятно, какъ я; ты не будешь ни заикаться, ни мѣшкать въ отвѣтахъ“. Еще разъ повторите это внушеніе положительнымъ, настойчивымъ тономъ и затѣмъ оставьте его. На слѣдующій день, по всей вѣроятности, у него не останется ни малѣйшаго воспоминанія о томъ, что вы съ нимъ говорили. Но вы уже замѣтите улучшеніе въ его выговорѣ, и моя сеть случится, что черезъ воспоминательную способность внѣсознательной части ума вашевнуше-

ніе перейдетъ снова въ его сознательную память, и онъ припомнитъ, что вы ему накануне внушили. Можетъ быть и то, что ни теперь, ни послѣ онъ не вспомнитъ о происшедшемъ: это зависитъ отъ того, насколько глубоко былъ внушенный ему сонъ.

Опытъ **облегчается** благодаря повторенію. — Въ слѣдующіе затѣмъ разы вы увидите, что при нашемъ разговорѣ съ нимъ гораздо легче будетъ получать отвѣтъ.

Опыты **пассивнаго сомнамбулизма**. — Если бы вамъ понадобилось удостовѣриться на опытѣ, какъ велико вліяніе одного человѣка на мозгъ другого, во время естественнаго сна, то попробуйте по своему желанію дать то или другое направленіе сновидѣніямъ спящаго. Вы можете, напр., внушить своему сыну, что онъ предводительствуетъ войскомъ, и онъ во снѣ будетъ дѣйствовать на полѣ сраженія; вмѣстѣ съ тѣмъ можете внушить, чтобы по пробужденіи онъ припомнилъ все, что видѣлъ, и на слѣдующее утро оъ вамъ слово въ слово расскажетъ все, что вы ему передавали во время сна. Точно съ такимъ же успѣхомъ вы можете вызвать въ сго мозгъ свѣтлыя картины спокойной жизни и пріятныхъ впечатлѣній. Законъ воспримчивости внушеній, во внѣсознательномъ состояніи, остается незыблемымъ; онъ дѣйствуетъ въ обоихъ направленіяхъ и можетъ быть употребленъ какъ на добро, такъ и во зло. Мы съ своей стороны

совѣтуемъ его примѣнять конечно только съ лучшими цѣлями.

Внушенія, осуществляемые послѣ гипноза. — Изъ всѣхъ проявленій гипнотизма ни одно не возбуждаетъ такого удивленія и также смущенія въ умѣ наблюдателя, какъ извѣстное иодѣ именемъ „послѣ гипнознаго внушенія". Но я снова посовѣтовалъ бы прежде основательнѣе пзучить предыдущіе опыты надъ внѣсознательной памятью, такъ какъ съ помощью ихъ только можно найти ключъ, къ послѣдующему удивительному явленію. Явленіе это исключительно зависитъ отъ силы памяти, проявляющейся во внѣсознательномъ разсудкѣ.

Какъ дѣлаются послѣгипнозныя внушенія. — Для осуществленія внушеній, исполняемыхъ послѣ гипноза, гипнотизеръ обращается къ сиящему глубокимъ сномъ медіуму и говоритъ: „десять минутъ спустя послѣ того, какъ я васъ разбужу, у васъ явится сильнѣйшее желаніе надѣть свою шляпу и вернуться домой. Вы возьмете шляпу, надѣнете ее и тотчасъ забудете, что вы намѣрены были дѣлать. Вы останетесь сидѣть въ своемъ креслѣ и говорить со мной, оставивши свою шляпу на головѣ. Но вы не будете сознавать, что я вамъ внушилъ все это сдѣлать". Въ назначенное время, т. е. десять минутъ спустя послѣ пробужденія, медіумъ станетъ оглядываться, чтобы найти свою шляпу. Найдя ее, онъ ее тотчасъ надѣнетъ и останется

сидѣть въ креслѣ. Если къ нему обратятся съ вопросомъ, онъ съ увѣренностью скажетъ, что не вставалъ со стула, и что шляпы у него нѣтъ на головѣ; если вы снимете шляпу и покажете ему, онъ на минуту изумится, потомъ одумается и скажетъ: „Да, я былъ намѣренъ пойти домой“.

Субъектъ **извиняется** въ **своемъ** поведеніи. — Онъ предпочтетъ сказать вамъ это, чтобы вы не подумали, что ваше внушеніе могло имѣть на него такое огромное вліяніе и заставило его безъ всякаго сознанія послушаться васъ. Хотя онъ ничего не помнитъ, что вы ему сказали, но видя, что онъ по вашему внушенію сдѣлалъ что-то смѣшное, онъ будетъ обиженъ, что, какъ машина, долженъ былъ повиноваться вашему приказанію. Это проявится, какъ въ данномъ, такъ и въ другихъ случаяхъ. Поэтому онъ начнетъ всячески вывертываться и извиняться, утверждая, что онъ зналъ, что дѣлалъ. Этотъ родъ внушеній допускаетъ множество опытовъ, нѣкоторые изъ которыхъ мы и рассмотримъ здѣсь.

**Закрѣпленіе внушенія.** — Чтобы усилить дѣйствіе послѣгипнознаго внушенія, совѣтуемъ его связать съ какимъ-нибудь изъ своихъ собственныхъ дѣйствій. Такъ, напр., предположимъ, что вы скажете спящему субъекту: „Какъ только вы увидите, что я выйду изъ комнаты, вы встанете съ кресла и подвинете стрѣлку часовъ на полчаса назадъ; но вы не должны помнить, что

это сдѣлали". Вы значительно облегчаете осуществленіе послѣгипнознаго вліянія, поставивъ его въ соотношеніе съ вашимъ выходомъ изъ комнаты. Если припомнить упорство внѣсознательной памяти, то станетъ вполне понятнымъ, что, какъ только вы вышли изъ комнаты, ваше предварительное внушеніе уже въ бодрствующемъ сознаніи субъекта перешло въ побужденіе, какъ какъ первое внушеніе не было устранено.

**Когда эти внушенія не удаются.** — Субъектъ только тогда не приводитъ въ дѣйствіе послѣгипнозныхъ внушеній, когда онъ ихъ отвергнетъ въ самомъ началѣ; и это—единственный случай, когда эти внушенія не удаются. Если внушеніе принято, и на осуществленіе его изъявлено внутреннее согласіе, то оно всегда исполняется пунктуально, точь въ точь, какъ было приказано. Если же вы стараетесь навязать внушеніе, дѣйствующее на субъекта отталкивающимъ образомъ, или противорѣчащее основамъ нравственности, то онъ его отвергнетъ, и оно никогда не произведетъ полного впечатлѣнія на его внѣсознательный разумъ, такъ какъ натолкнется на сопротивленіе.

**Внушенія могутъ быть отвергнуты.** —Чтобы внушеніе было дѣйствительно, данный субъектъ долженъ твердо въ него вѣрить и внутренне воспринять его. Конечно, случается, что онъ принимаетъ противныя его натурѣ внушенія и

принужденъ бываетъ противъ своей воли совершать поступки, которые онъ въ бодрственномъ состояніи никогда **бы не** совершилъ. Но, по моимъ наблюденіямъ, въ послѣ гипнозныхъ внушеніяхъ субъектъ отвергаетъ тѣ, которыя его отталкиваютъ, какъ **бы** настоятельно ни принуждалъ его къ этому экспериментаторъ. Правда, еще въ присутствіи гипнотизера онъ иногда выполнить внушенныя приказанія, даже когда они касаются дѣйствій, которыхъ **бы** онъ не исполнилъ въ бодрственномъ состояніи; но въ отсутствіи его, когда собственно и должны быть выполнены послѣгипнозныя внушенія, онъ не исполнить того, что ему непріятно, или противорѣчить его характеру. Этотъ фактъ значительно упрощаетъ этотъ способъ и ставить его на твердыя основы.

**Количество времени, въ теченіе** котораго могутъ **имѣть силу эти** внушенія. — Воспринятое субъектомъ послѣгипнозное внушеніе можетъ быть приведено въ дѣйствіе черезъ недѣлю, мѣсяць, даже черезъ годъ послѣ того дня, когда оно было сдѣлано, и большею частью такія внушенія **не-**премѣнно исполняются пунктуально въ назначенное время. Этотъ фактъ объясняется также необычайной способностью внѣсознательнаго мышленія помнить прошлое.

**Танъ называемый** мгновенный **гипнолизмъ**. — Этотъ родъ гипнотизма представляетъ весьма частую форму послѣгипнознаго внушенія, наиболѣе упо-

требляемую безъ всякихъ измѣненій, при публичныхъ сеансахъ. Вы, напр., говорите уже загипнотизированному субъекту. „Какъ только я войду въ комнату и воскликну „Спите!“— что бы вы ни дѣлали, вы моментально бросите это дѣлать и заснете“. Дѣйствіе бываетъ таково, что чѣмъ бы ни былъ занятъ субъектъ, онъ тотчасъ жр можетъ впасть нъ глубокой сонъ, какъ только гипнотизеръ войдетъ въ комнату и прикажетъ заснуть.

Какъ преодолевается сопротивленіе субъекта. — Случается, что субъектъ оказываетъ сопротивленіе гипнотизеру. Это является пробнымъ камнемъ для послѣдняго, смотря по тому, знаетъ ли онъ свое, или потеряется. Если гипнотизеръ приобрѣлъ достаточно опытности и знанія, онъ постарается тотчасъ подѣйствовать на пациента словеснымъ внушеніемъ. Онъ не долженъ давать ему времени на размышленіе и долженъ авторитетно запечатлѣть въ его умѣ увѣренность, что всѣ его слова незыблемо исполняются на дѣлѣ. Предположимъ, напр., что пациентъ отвергаетъ внушеніе, въ знакъ чего качаетъ головой и говорить: "Я не усну! вы не имѣете силы заставить меня спать!" Въ такомъ случаѣ не слѣдуетъ стоять на мѣстѣ и повторять внушеніе сна, а надо положить руку на лобъ гипнотизируемаго, а другой рукой закрыть ему глаза и сказать: „Вы не можете бодрствовать, если бы даже и попытались; у васъ есть потребность сна; вы чувствуете себя соннымъ

и тотчас же уснете. Спите же крѣпко, пока стоите на ногахъ!" Если экспериментаторъ поступить, какъ здѣсь показано, и разъ-два проведеть проведеть по лбу пациента, то тотъ уснетъ такъ же несомнѣнно, какъ  $2 \times 2 = 4$ .

Почему гипнотизеръ долженъ имѣть успѣхъ при продолженіи опытовъ.—Мальчики вообще сомнамбулисты, т. е. они весьма воспріимчивы къ внушеніямъ. Мальчикъ, котораго раньше гипнотизировали, легко снова поддается гипнозу; если его сопротивленіе преодолено, то дѣло гипнотизера только умѣть запечатлѣть въ его мозгу свои внушенія. Каждый можетъ уже однажды загипнотизированнаго имѣ субъекта загипнотизировать во второй разъ. Единственное исключеніе изъ этого правила бываетъ тогда, когда при неумѣломъ веденіи дѣла и плохомъ выборѣ внушеній въ испытуемомъ возбуждается страшная нервозность, при чемъ уже ни первый гипнотизеръ и никто другой не могутъ его загипнотизировать. Я самъ дѣлалъ не разъ такіе опыты, и неудачный результатъ всегда происходилъ отъ нервной раздражительности, вызванной плохимъ исполненіемъ опыта.

Въ чемъ заключается опасность.—Во всѣхъ случаяхъ, когда гипнотизеръ не можетъ разбудить субъекта, вина опять-таки на сторонѣ гипнотизера, а не на сторонѣ субъекта. Какъ только экспериментаторъ пытается внушить субъекту

Мысль, противную его натурѣ, и съ которой онъ бы не согласился на яву, всегда бываетъ одинъ изъ двухъ результатовъ: или субъектъ тотчасъ же просыпается или, наоборотъ, впадаетъ въ такой глубокой сонъ, что внушенія уже вообще не могутъ имѣть на него вліянія. Тогда субъектъ окончательно воспротивится приказанію проснуться, и всѣ усилія разбудить его обычными средствами останутся тщетными.

**Какъ поступать въ такомъ случаѣ.**—Если бы въ вашей практикѣ произошелъ такой случай, у васъ одно только средство помочь дѣлу: предоставить паціента вполнѣ самому себѣ: онъ долженъ самъ побороть свой сонъ и проснуться, когда ему этого захочется. Не слѣдуетъ его будить и отнюдь не дозволять другому лицу до него касаться. Вы можете положить ему руку на лобъ и настоятельно сказать: „Какъ я вижу, вы не хотите теперь просыпаться. Такъ и спите спокойно, пока чувствуете въ томъ потребность. Когда же проснетесь, вы будете вполнѣ хорошо себя чувствовать и освободитесь отъ всякой нервозности. Отъ вашего сна не будетъ никакихъ дурныхъ послѣдствій, и вы можете проснуться, когда вамъ захочется". Когда вы оставите испытуемаго одного, къ нему придетъ на помощь его собственная природа и перенесетъ его, такъ сказать, изъ глубины внѣсознательной жизни, на поверхность сознанія. Это можетъ послужить ему только на пользу.

Важность внушеній, долженствующих осуществиться послѣ гипноза.—Изъ всѣхъ проявленій пшнотизма, внушенія, исполняемыя послѣ гипноза, заслуживаютъ наибольшаго вниманія, такъ какъ они оказываютъ наиболѣе продолжительное вліяніе на внѣсознательную область. Строго говоря, и обыкновенныя внушенія, какъ, напр.: „послѣ пробужденія вы будете совершенно здоровы, и это улучшеніе продлится“, точно такъ же не что иное, какъ послѣгипнозное внушеніе, потому что здѣсь дѣло идетъ о душевномъ состояніи, которое должно наступить по окончаніи гипноза. Отсюда, понятно, вытекаетъ чрезвычайная важность послѣгипнозныхъ внушеній, а ихъ превосходное дѣйствіе покажется легко объяснимымъ для читателя.

Стадія катаlepsii (столбнякъ).— Одно изъ гипнотическихъ состояній извѣстно подъ именемъ катаlepsii. Имъ очень часто пользуются при представленіяхъ, но отнесемъ къ нему отрицательно и рекомендуемъ вамъ не касаться этого состоянія. Тѣ изъ васъ, которые видали гипнотическія развлеченія и представленія, вспомнятъ, какъ слабаго сложенія мужчпны или яенщины могли держать на себѣ тяжести въ нѣсколько сотъ фунтовъ, если экспериментаторъ клалъ ихъ горизонтально между двумя столами или другими опорными пунктами, причемъ въ дѣйствительности тяжесть давила только на ихъ голову и ноги. Это одно изъ состояній мускульнаго оцѣпенѣнія. При большемъ упражненіи иные

субъекты способны развивать въ этомъ отно-  
шеніи весьма значительную силу.

**Какъ это производится.**—Каталепсію вызываюгь слѣдующимъ образомъ. Предположимъ, что вы занимаетесь опять съ тѣмъ же мальчикомъ, котораго вы погрузили въ сонъ, во время котораго вызвали у него обманъ различныхъ чувствъ. Проведите руками вдоль всего его тѣла съ обѣихъ сторонъ отъ головы до ногъ и обратитесь къ нему съ такими словами: "ты сдѣлаешься теперь совершенно неподвиженъ, ты уже болѣе не мальчикъ; ты—теперь кусокъ, желѣза, и ты не будешь въ состояніи сгибать свое тѣло. Гдѣ я тебя ни положу и что я съ тобою ни стану дѣлать, ты останешься неподвижнымъ подобно трупу". Затѣмъ положите мальчика, ставшаго совершенно неподвижнымъ, между двумя стульями, такъ что его голова лежитъ на одномъ, а ноги—на другомъ,— и вотъ передъ вами типичный случай каталепсіи. При этомъ біеніе пульса у мальчика учащается; но кромѣ этого нельзя ничего замѣтить. что указывало бы на испытываемое мальчикомъ напряженіе. Внушите ему дальше слѣдующее: "Ты не чувствуешь никакого напряженія. Ты могъ бы теперь выдержать всякую тяжесть, положенную на твое тѣло". Дѣйствіе этого опыта вызываетъ, конечно, въ зрителяхъ изумленіе. Мальчикъ можетъ попытаться произвести это надъ самимъ собой въ бодрственномъ состояніи, причемъ онъ замѣтилъ бы, къ своему удивленію, что ему ни разу не

удастся даже съ величайшпмъ напряжніемъ спль удержаться въ такомъ положеніи.

**Опасность** этого **состоянія**. — Хотя явленіе катаlepsii даетъ въ высшей степенн вѣсское доказательство наличности большой силы, которую можно вызвать въ челоѡкѣ съ помощью внушенія, однако, на самомъ дѣлѣ этотъ опытъ связаиъ съ большой опасностью, о которой по нашимъ свѣдѣніямъ не упоминалъ ни одинъ экспериментаторъ и о которой не говорится ни въ одномъ до сихъ поръ существующемъ учебникѣ гипнотизма. Опасность заключается въ томъ, что привычка держать мускулы продолжительное время въ напряженно неподвижномъ состояніи, можетъ легко привести къ тому,—какъ это обыкновенно бываетъ и при другихъ привычкахъ,—что она прикрѣпляется къ субъекту, и снова можетъ возникнуть старая исторія о волшебномъ подмастерьѣ, который вызвалъ духовъ, но не могъ затѣмъ освободиться отъ нихъ.

**Состояніе** это **бываетъ невозможнымъ**.—Опасность повторнаго вызванія катаlepsii заключается въ томъ, что субъекту во время естественнаго сна будетъ сниться, что онъ находится на представленіи, и что экспериментаторъ вызываетъ въ немъ столбнякъ. Послѣдствіемъ этого бываетъ то, что онъ переходитъ во время естественнаго сна въ состояніе полной мускульной оцѣпенѣлости, которая можетъ продолжаться нѣсколько часовъ. Освободить его отъ этого почти невозможно. Такого рода мускульныя напряженія

никому не могутъ быть благодѣтельны въ физическомъ отношеніи, а вслѣдствіе повторнаго вызыванія такого состоянія нервная система въ значительной степени разстраивается. Одинъ изъ лучшихъ субъектовъ - каталептиковъ, какихъ когда-либо можно было видѣть на сценѣ въ Америкѣ, находится въ настоящее время въ сумасшедшемъ домѣ въ восточной части Америки. Онъ невольно впалъ въ каталептическое состояніе. Къ этому присоединилось еще сильное разстройство нервной системы, вызванное, само собой разумѣется, предшествующими напряжениями мускуловъ вышеупомянутымъ способомъ. Нѣкоторые изъ болѣе незначительныхъ каталептическихъ опытовъ никому не принесутъ вреда, но всякій опытъ, имѣющій въ большей или меньшей степени грубый характеръ, конечно, отзовется на субъектѣ, и во всякомъ случаѣ можетъ повлечь за собой серьезныя послѣдствія.

Достигаемое гипнолизмомъ укрѣпленіе мускульной силы. Всѣ гипнотическіе опыты показываютъ, что многіе, подвергающіеся имъ, проявляютъ значительно физическую силу во время гипноза. Подъ вліяніемъ гипнотическаго внушенія они могутъ поднимать съ иолу такія тяжелыя вещи которыя никакъ не могли бы поднять въ нормальномъ состояніи.

Способность его усиливать интенсивность внѣшнихъ чувствъ.—Посредствомъ внушенія можно придать такую остроту, напр., чувству обонянія, что

испытываемый может чувствовать запах на далекомъ разстояніи въ то время, какъ другіе присутствующіе совсѣмъ его не ощущаютъ.

Точно также дѣлается острымъ и зрѣніе. Испытуемый можетъ разбирать весьма мелкую печать, для чего въ бодрственномъ состояніи потребовались бы сильныя увеличительныя стекла. И слухъ можетъ быть настолько усиленъ, что глухой бы услышалъ на разстояніи нѣсколькихъ шаговъ тиканье часовъ. Ясно, какъ полезны подобныя факты для врача, который намѣревается примѣнять гипнотизмъ при лѣченіи своихъ пациентовъ. Многіе, напр., случаи глухоты излѣчивались гипнотизмомъ. Въ такихъ случаяхъ дѣло заключалось въ томъ, чтобы наивозможно болѣе возбудить дѣятельность нервовъ слухового органа, чтобы они значительно превосходили обыденную. Точно такъ же поступаютъ съ глазнымъ нервомъ, укрѣпляя его внушеніемъ до тѣхъ поръ, пока ослабшее зрѣніе не возстановится; и даже слѣпота можетъ быть смягчена. Когда приходится лѣчить пациентовъ гипнотизмомъ для уничтоженія подобныхъ неправильностей, то совѣтуемъ во время гипноза гладить больныя части тѣла руками.

**Лѣченіе** головной боли.—При лѣченіи головной боли хорошо нѣсколько разъ провести руками по головѣ пациента и при этомъ тоже нѣсколько разъ повторить внушеніе, что приливъ крови долженъ исчезнуть, боли прекратиться и не возвращаться болѣе. Особенно рекомендуемъ прородить сильно пальцами по черепу, чтобы при-

вести его въ прежнее состояніе. Опытами установлено, что гипнотизмъ вылѣчиваетъ головную боль возбужденіемъ всѣхъ нервовъ, вообще сопровождающимъ гипнозъ. Это возбужденіе или, по крайней мѣрѣ, уменьшеніе напряженнаго состоянія сообщается кровеноснымъ сосудамъ, вслѣдствіе чего приливъ крови уменьшается, и боли, происходящія отъ давленія крови на нервы, проходятъ.

Если намѣреваются излѣчить посредствомъ внушенія ревматизмъ, то нужно сказать пациенту, что ревматизмъ исчезнетъ и не вернется болѣе; кромѣ того, можно во время гипноза положить руку на больное колѣно, до котораго на яву невозможно дотронуться, не причинивши сильнѣйшей боли. Въ это время боль, передающаяся отъ больного колѣна къ мозгу, а отъ послѣдняго—къ сознанию, не будетъ ощутительна. Наше внушеніе, что въ означенной части тѣла нѣтъ боли, пересиливаетъ оба первыя вліянія. Это повелѣніе передается мозгомъ знанію, и сознание его воспринимаетъ, какъ дѣйствительность.

Смягченіе боли на основаніи научныхъ данныхъ.— Приведенный результатъ основанъ просто на прекращеніи соединенія нервовъ мозга съ болевыми частями тѣла, гдѣ бы боль ни находилась,— въ колѣнѣ, рукѣ или какой-нибудь другой части тѣла. На этомъ основаніи лѣченіе гипнотизмомъ воспаленныхъ частей всегда бываетъ успѣшно. Внушеніе объ отсутствіи боли, сообщаемое мозгу, разъединяетъ, такъ сказать, сообщеніе между

болѣзненнымъ состояніемъ и сознаніемъ, такъ что боль уже не можетъ ощущаться.



**Сдѣлать лѣченіе радикальнымъ.**—Присущая послѣпшнозному внушенію сила даетъ намъ въ руки средство сдѣлать отсутствіе болѣзненнаго состоянія продолжительнымъ. Мы говоримъ: „Твоя боль совершенно исчезнетъ; *она не вернется болѣе*“. Этимъ внушеніемъ мы прерываемъ упомянутое сообщеніе между мозгомъ и больнымъ мѣстомъ, и боль вскорѣ прекращается. Если, однако, какъ чаще случается, она возвратится снова, несмотря на внушеніе, то тогда нужно пациента снова загипнотизировать и повторить внушеніе. При этомъ не надо забывать, что это единственная естественная лѣчебная метода. и она потому успѣшна, что основана на самоіи природѣ. Совсѣмъ неважно, если болѣзненныя проявленія повторяются: при гипнотическомъ лѣченіи боли будутъ чувствоваться все меньше и слабѣе, пока окончательно не исчезнуть. Конечно, описанный здѣсь способъ лѣченія головныхъ болей и ревматизма на единственный: могутъ быть и другіе приемы такого лѣченія. не менѣе успѣшные.

**Лѣченіе ревматизма.**—Лѣченіе ревматизма. по моему мнѣнію, должно неизмѣнно начинаться съ постепеннаго и все усиливающагося давленія на болящую часть. Напр., если боль, т. е. воспалительное состояніе, въ рукѣ, то послѣднюю сначала слегка пошевеливаютъ, мало-по-малу нажимая и все усиливая давленіе, въ то же время положительно внушая больному, что боль пройдетъ и никогда болѣе не вернется.

Мнѣ случалось дѣлать опыты, когда даже съ

перваго раза можно было при помощи внушенія заставить пациента протянуть руку во всю длину, между тѣмъ какъ до этого онъ увѣрялъ, что самая мысль о движеніи руки причиняла ему боль.

**Цѣнный способъ.** — Если вспомнить еще методы, служащіе для вызыванія послѣгипнознаго внушенія, то легко убѣдиться, что можно привести весьма своеобразное доказательство его силы, — доказательство, которое въ особенности сиособно запечатлѣться въ умѣ націента.

При этомъ вы должны быть продолжительное время въ сношеніи съ субъектомъ слѣдующимъ образомъ:

Сначала заставьте субъекта заснуть, и если вы убѣждены, что пациентъ находится подъ вашимъ влияніемъ, говорите слѣдующее: „Я дамъ вамъ талисманъ, который будетъ давать здоровый освѣжающій сонъ во всякое время, когда только вы почувствуете потребность въ немъ. При этомъ совершенно безразлично, будетъ ли у васъ желаніе бодрствовать или спать, какъ скоро вы вынете этотъ талисманъ изъ кармана возьмете, его къ себѣ и будете смотрѣть на него вы тотчасъ же погрузитесь въ глубокій сонъ“.

Напишите на листкѣ бумаги или лучше на своей собственной визитной карточкѣ черными буквами слово: „спи“. Прикажите затѣмъ субъекту смотрѣть на карточку, и настоятельно повторяйте ему, что всякій разъ, какъ его взоръ будетъ падать на этотъ предметъ, онъ тотчасъ же будетъ погружаться въ глубокій сонъ, при-

чемъ все время онъ будетъ слышать вашъ голосъ, который будетъ говорить ему „спи“.

**Дѣйствителенъ и при отсутствіи экспериментатора.**— Всегда хорошо вручать пациентамъ, страдающимъ безсонницей, визитныя карточки со словомъ „спи“. Какъ ни странно, но пациентъ, пытающійся неоднократно въ теченіе продолжительнаго времени, можетъ быть цѣлой половины ночи заснуть, тотчасъ засыпаетъ, какъ только начинаетъ смотрѣть на талисманъ. Равновѣсіе его нервной системы восстанавливается, и онъ засыпаетъ. Но главная особенность этого способа заключается въ томъ, что дѣйствіе талисмана продолжается неограниченное количество времени. Онъ помогаетъ черезъ пять лѣтъ такъ же, какъ и сегодня.

**Гипнолизмъ на разстояніи.**—Вы можете легко убѣдиться въ томъ, что если вамъ удалось усыпить субъекта гипнотическимъ сномъ два или три раза, и онъ успѣлъ освоиться съ вашимъ голосомъ и манерой внушенія, то вы будете въ состояніи усыпить его черезъ телефонъ, или письмо, совершенно такъ-же, какъ если бы онъ стоялъ передъ вами.

**Цѣнность гипнолизма для врача**— Въ практикѣ врачей ежедневно представляются случаи для примѣненія гипнолизма при лѣченіи; и въ настоящее время врачи извлекаютъ изъ него много пользы. Каждому врачу извѣстно изъ собственной практики, что бываютъ нѣкоторые случаи

болѣзней и безсонници, вслѣдствіе чрезмѣрнаго раздраженія мозга, которые совершенно не поддаются медицинскимъ средствамъ, и при которыхъ приходится часто прибѣгать къ вирыскиванію морфія, имѣющему послѣдствіемъ столь опасную привычку къ морфинизму. Въ такихъ случаяхъ лучше всего прибѣгать къ гипнотическому внушенію, за исключеніемъ того, когда больной уже находится въ бреду. Нѣтъ необходимости упоминать при этомъ слово „гипнотизмъ“, такъ какъ оно можетъ еще болѣе усилить раздраженіе у пациента, незнакомаго съ гипнотизмомъ и питающаго противъ него предубѣжденія.

**Какъ врачъ можетъ примѣнять внушенія.**—Врачъ садится возлѣ больного, беретъ его руку и говоритъ спокойнымъ, но внушительнымъ тономъ: „Теперь лучше будетъ не давать вамъ никакихъ лекарствъ. Я знаю методъ, съ помощью котораго могу уничтожить ваши боли и доставить вамъ здоровый сонъ. Вы не должны бояться или беспокоиться, вамъ нужно только въ точности исполнять мои требованія. Сначала прямо и ири-стально смотрите на меня и не отворачивайте взгляда. Боль утихнетъ, вамъ захочется спать и вы скоро спокойно заснете“. Затѣмъ докторъ долженъ дѣлать то же самое внушеніе, которое приведено въ предыдущихъ урокахъ и не забывать, что въ этомъ случаѣ не нужны никакіе приемы, которые бы могли произвести оцѣненіе членовъ пациента.

**Дѣйствіе** внушеній.—Почти тотчасъ послѣ сдѣланнаго внушенія боль значительно ослабѣетъ, вслѣдствіе чего воспріимчивость паціента къ внушенію увеличится, такъ что вскорѣ онъ впадетъ въ гипнотическое состояніе. Тогда докторъ оставляетъ его руку и иовторяетъ извѣстную формулу о здоровомъ, освѣжающемъ снѣ. Паціентъ проснется укрѣпленнымъ, бодрымъ, освободившись отъ всякой боли. Во всѣхъ такихъ случаяхъ совсѣмъ не слѣдуетъ, напр., говорить: „вы не можете открыть глаза“, или что-либо подобное.

**Не дѣлайте** опытовъ. —Надо постоянно помнить, что при этомъ не допускаются никакіе опыты. Нужно ограничиться положительнымъ внушеніемъ и требованіемъ, чтобы паціентъ ни на минуту не отводилъ глазъ отъ врача. Этимъ методомъ обезпечивается прекращеніе болей и слѣдующій за тѣмъ сонъ, что достигается успокоительнымъ дѣйствіемъ на нервы. Объясняется это тѣмъ, что вниманіе паціента просто отвлекается отъ боли и обращается на другой предметъ. Неустойчивое вначалѣ, вниманіе усердно направляется на новый способъ лѣченія; а такъ какъ извѣстно, что человѣческой мозгъ не можетъ одновременно въ одинаковой степени поддаваться разнороднымъ возбужденіямъ, то естественно, что вниманіе это обратится на пріятное внушеніе о выздоровленіи. Поэтому больной вполнѣ отдается вліянію врача, и повтореніе словъ послѣдняго произведетъ дѣйствіе на мозговую деятельность паціента, которая обезпе-

чить выздоровленіе вѣрнѣе сильныхъ медицин-скихъ средствъ.

**Отношеніе профессиональной медицины къ гипно-тизму.**—Было бы, конечно, очень желательно, чтобы каждый врачъ въ странѣ понималъ про-стоту гипнотическихъ внушеній и могъ бы ихъ правильно примѣнять. Къ сожалѣнію, этого нѣтъ, потому что они такъ привыкли къ матеріаль-нымъ способамъ, что новая метода, въ высшей степени простая и чуждая всякой таинственности, кажется имъ смѣшной. Довольно странно, но стало печальнымъ правиломъ, что при вмѣша-тельствѣ человѣчества въ божественный законъ исцѣленія лѣченіе цѣнится постольку, поскольку оно трудно, или непріятно. Мы привыкли счита-ть болѣе важной ту операцію, которая сопря-жена съ наибольшей опасностью. Достоинство же лѣкарства мы оцѣниваемъ по вреду, который оно причиняетъ клѣтчаткѣ и по его ядовитымъ свойствамъ при употребленіи въ большомъ ко-личествѣ.

**Самыя простыя средства имѣютъ наибольшую силу.**— До сихъ поръ мы не хотимъ признать, вслѣд-ствіе нашего непониманія, что самыя простыя средства суть вмѣстѣ съ тѣмъ наилучшія и наи-болѣе дѣйствительныя, и что сила внушенія есгь весьма важный фактъ къ доставленію здоровья и счастья, или несчастья и болѣзни, при зло-употребленіи имъ. Разсудокъ всегда владыче-ствовалъ надъ тѣломъ и такъ будетъ вѣчно. По-этому въ медицинѣ наше стремленіе должно

быть направлено къ тому, чтобы сначала дѣйствовать на разсудокъ, а потомъ на тѣло.

**Воздѣйствіе на нервныхъ женщинъ**— Между многими методами гипнотизированія нервныхъ женщинъ есть одинъ, который съ успѣхомъ примѣняется уже многіе годы. Собственно говоря, приемъ этотъ представляетъ такой методъ гипнотизированія женщинъ, который долженъ быть бы примѣняться всякимъ врачомъ и онъ долженъ быть отнесенъ къ терапевтическимъ приемамъ.

**Методъ счета.**—Заставьте вашу больную удобно расположиться на софѣ и обратитесь къ ней съ слѣдующими словами: „Вы должны исполнять въ точности то, что я вамъ предпишу. Я буду громко считать, и усыплю васъ подъ этотъ счетъ. Но по мѣрѣ того, какъ я считаю, вы должны попеременно открывать, и закрывать глаза. Теперь пока закройте глаза и держите ихъ такъ, пока я начну считать: а какъ только я скажу „разъ“, на секунду откройте глаза и взгляните на меня, а потомъ снова закройте. Когда скажу „два“, опять на секунду откройте, взгляните на меня и снова закройте и т. д. Затѣмъ медленно считайте отъ 1 до 20-ти, причемъ между каждыми двумя числами дѣлайте паузу на 5 секундъ. Затѣмъ снова начинайте съ одного, дѣлая между двумя числами промежутокъ въ 15 секундъ. Въ моей практикѣ никогда не приходилось итти дальше третьей серіи. Обыкновенно пациентка вслѣдствіе напряженнаго вни-

манія при такомъ слѣдованіи моему предписанію и стремленія приспособиться къ нему необычайно утомлялась и послѣ нѣсколькихъ успокоительныхъ внушеній погружалась въ глубокой сонъ.

**Почему** этотъ методъ **имѣетъ успѣхъ?** — Сущность этой новой системы состоитъ въ томъ, что пациенткѣ дается въ высшей степени простая задача, и въ то же время требуется отъ нея полнѣйшее вниманіе. подниманіе и опусканіе вѣкъ производить въ нихъ отяжелѣніе, наподающее сонъ. Тотъ фактъ, что глаза закрыты, дѣлаетъ, наконецъ, пациентку болѣе воспримчивой ко внушенію сна. такъ какъ это прекращаетъ ея сношеніе съ окружающимъ и не даетъ ей развлекаться. Многіе врачи говорили мнѣ, что при помощи этого счетнаго приѣма имъ удавалось пмѣть успѣхъ даже съ самыми урямыми женщинами, которыхъ они усыпляли. Было бы большимъ заблужденіемъ утверждать, что та или другая особа не способна поддаться вліянію по тому только, что извѣстный методъ на нее не подѣйствовалъ. Въ такомъ случаѣ докторъ долженъ прибѣгнуть къ другому методу.

**Изучайте своихъ** пациентовъ.—Всего нужно принимать во вниманіе тотъ или другой характеръ, пациента или пациентки, потому что необходимо опредѣлить воспримчивость ко внушеніямъ. При этомъ нововведенія и всякое раздраженіе при глубокомъ гипнозѣ могутъ оказаться только помѣхой.

Врачъ не долженъ удивляться, если послѣ нѣсколькихъ попытокъ усыпить пациентку она скажетъ ему, что его внушенія не имѣютъ на нее никакого влiянiя. Онъ долженъ, спокойно и просто констатировать, что, какъ человѣческое существо, она, все-таки, должна поддаваться гипнозу; и надо только выбрать правильный методъ, чтобы подѣйствовать на нее.

Не позволяйте себѣ никогда выходить изъ терпѣнiя. — Одна изъ тайнъ успѣха въ гипнотизмѣ заключается въ томъ, чтобы никогда не терять терпѣнiя и мириться съ возможностью неудачи. Пациента, который окончателъно не слушается внушенiя заснуть, лежа на софѣ или сидя на стулѣ, совѣтуемъ поставить на ноги и приказать закрыть глаза, послѣ чего врачъ можетъ магнитическими пассами погрузить его въ сонъ. Лучше всего доктору стать сзади пациента, проводить руками отъ головы до ногъ и произносить словесное внушенiе, послѣ чего больнымъ овладѣваетъ такая непреодолимая сонливость, что онъ теряетъ равновѣсiе и падаетъ навзничъ, на руки доктору.

Цѣлесообразность примѣненiя различныхъ методовъ. — Измѣненiе приемовъ съ цѣлью подвергнуть сомнамбулизму трудно поддающагося субъекта нерѣдко приводило къ успѣху, хотя уже были основанiя притти къ заключенiю, что означенный субъектъ принадлежитъ къ пассивнымъ натурамъ. Это объясняется тѣмъ, что на землѣ не найдется даже двухъ человѣкъ, вполнѣ схо-

жидь по натурѣ и характеру, и что поэтому нѣтъ ни одного метода гипнотизированья, который производилъ бы одинаковое дѣйствіе на всѣхъ.

Но изъ многихъ способовъ, предложенныхъ въ этой книгѣ, тотъ или другой можетъ подойти для каждаго отдѣльнаго случая, смотря по тому, нормаленъ или ненормаленъ субъектъ. Тайна гипноза состоитъ собственно въ томъ, чтобы произвести опредѣленное впечатлѣніе на мозгъ той или другой личности. При этомъ настойчивое отыскиваніе подходящаго способа всегда приводитъ къ цѣли.

**Гипнолизмъ въ зубоврачеваніи,** — Безчисленное множество случаевъ встрѣчается въ практикѣ всякаго зубного врача, когда онъ можетъ примѣнить на пациентѣ гипнотическое внушеніе какъ средство для уничтоженія боли во время операціи, въ особенности, если дѣло идетъ о сохраненіи нѣжной десны. Эти средства обыкновенно и признаются людьми, согласными съ наукой о гипнотизмѣ и умѣющими ее примѣнять. Но зубные врачи почти сплошь принадлежатъ къ тому классу лицъ, которыя предпочитаютъ употреблять вредные, наркотическіе препараты, какъ кокаинъ и т. п. вмѣсто того, чтобы вызывать анестезію (безболѣзненность естественнымъ способомъ, присущимъ каждому человѣку. Власть преодолѣть боль дана всякому человѣку, и можно сказать, что употребленіе наркотическихъ средствъ съ этой цѣлью равносильно насильственному вторженію въ області.

законовъ природы. Въ настоящее время нѣтъ привычки болѣе вредной и съ большимъ трудомъ преодолеваемой, чѣмъ привычка принимать кокаинъ. Все болѣе распространяющееся въ настоящее время почти общепотребительное примѣненіе кокаина со стороны врачей и дантистовъ заслуживаетъ уже давно того, чтобы оно находилось подъ государственнымъ контролемъ. Лишь немногіе люди знаютъ о томъ фактѣ, что кокаинъ въ настоящее время губить больше жертвъ, чѣмъ алкоголь.

**Блестящій предметъ, какъ вспомогательное средство при этомъ методѣ.** — Въ каждомъ зубоврачебномъ кабинетѣ находится большое количество блестящихъ отполированныхъ, посеребренныхъ или никеллированныхъ предметовъ, какъ тазы, инструменты и т. п. Всякій блестящій предметъ можетъ легче привлечь вниманіе пациента, чѣмъ тусклый. Чтобы уменьшить успѣшно боль при зубной операціи, или совершенно устранить ее, рекомендуется просто, чтобы зубной врачъ сдѣлалъ своему паціенту настоятельно словесное внушеніе, причемъ онъ побуждаетъ его не сводить взора съ предмета, находящагося приблизительно на разстояніи двухъ футовъ и величиной въ 2—3 сантиметра.

**Избѣгайте слова „гипнотизмъ“!**—Въ этомъ случаѣ нѣтъ нужды употреблять слово «гипнотизмъ» даже было бы большой ошибкой со стороны зубного врача. если бы онъ поставилъ слово «гипнотизмъ» въ связь съ послѣдующимъ. Онъ долженъ самымъ простымъ образомъ внушить

паціенту тотъ фактъ, что онъ не будетъ при операціи ощущать никакой боли, если только будетъ слѣдовать приказаніямъ врача. Врачъ теперь можетъ примѣнить тотъ способъ, который былъ описанъ для того, чтобы погрузить паціента въ гипнотическій сонъ. Онъ увидитъ, что не трудно такъ повліять на паціента, что онъ погрузится въ глубокой сонъ, и вмѣстѣ съ тѣмъ обращаться съ паціентомъ такъ, какъ если бы тотъ вполне бодрствовалъ. Онъ долженъ сказать ему слѣдующее:

„Пока я вожу своей рукоіи по вашему лицу, вы будете держать ротъ открытымъ и не будете закрывать его до тѣхъ поръ, пока я не прикажу. Вы не будете чувствовать ни боли, ни неприятнаго ощущенія, ни нервозности во все то время, пока я буду пломбировать зубъ. Если я вамъ скажу встать, чтобы выполоскать ротъ, вы при этомъ не проснетесь. Вы будете все дѣлать, что я вамъ прикажу, но не будете просыпаться. Какъ только операція окончится, вы не въ состояніи будете ничего вспомнить. Вы ничего не будете знать о боли и не почувствуете никакихъ дурныхъ послѣдствій". Зубные врачи, въ общемъ, еще не признаютъ цѣнности гипнотическаго внушенія, какъ средства, смягчающаго боль у паціентовъ. Но въ Соединенныхъ Штатахъ Сѣверной Америки сущесіуетъ уже значительное число примѣняющнхъ этотъ способъ къ своимъ операціямъ весьма успѣшно.

**Причина, почему зубные врачи не признаютъ гипнотизма,**—Зубные врачи остерегаются публично

выступать на защиту гипнотизма, потому что большое число людей по невѣжеству боятся идти къ врачу, о которомъ они заранѣе узнали, что онъ производитъ свои операциі подѣ гипнозомъ. Подобный врачъ вслѣдствіе этого не только потерялъ бы часть своего дохода, но и подвергался бы опасности быть преслѣдуемымъ судомъ: однако, будемъ надѣяться, что скоро гипнотизмъ займетъ среди другихъ средствъ, утишающихъ боль, подобающее ему мѣсто и будетъ признанъ величайшимъ благомъ, имѣющимъ прочное основаніе въ самой природѣ.

**Гипнотизмъ, какъ средство противъ боли**—Въ то время, какъ въ Индіи докторъ Эздэль производилъ свои удивительныя хирургическія операциі подѣ гипнотической анестезіей, а д-ръ Эллиотсонъ то же самое дѣлалъ въ Англіи, вновь открытый хлороформъ, какъ болеутоляющее средство, поставилъ гипнотизмъ въ тѣни и почти совсѣмъ вытѣснилъ его при операцияхъ. Хотя хлороформъ принесъ человѣчеству не особенную благодать, такъ какъ убилъ больше людей, чѣмъ какая-либо болѣзнь, мы, все-таки, должны признать его достоинство, когда съ нимъ обращаются осторожно, его притязаніе на роль цѣннаго средства противъ боли подтверждается многими примѣрами. Тѣмъ не менѣе это признаніе ни мало не измѣняетъ той истины, что самому человѣку присуща сила, способная уменьшать боль и даже почти совершенно уничтожать ее.

**Сила внутри насъ.**—Такъ какъ эта сила находится въ самомъ человѣкѣ, то надо только ее

вызвать къ дѣятельности. Это лучше всего достигается тогда, когда другой человекъ во время гипноза паціента нашептываетъ ему настоящее внушеніе. Приказаніе гипнотизера: «Здѣсь не должно быть боли!» сливается съ послушаніемъ паціента, согласившагося со своей стороны не чувствовать боли. Во всякомъ случаѣ изъ вышесказаннаго достовѣрно то, что упомянутая сила находится въ самомъ человекѣ. На нее надо смотрѣть, какъ на его собственность, хотя бы она и вызывалась къ дѣятельности другимъ человекомъ. Онъ самъ ничего объ этомъ не будетъ знать; ему нѣтъ надобности думать, что она въ немъ самомъ, разъ его невозможно въ томъ убѣдить. Логическую связь этихъ сопоставленій легко понять, они здѣсь обстоятельно выяснены.

**Двойственное свойство этой силы.** — Силы человеческого тѣла всегда дѣйствуютъ двояко и въ параллельныхъ направленіяхъ. Мы постоянно наблюдаемъ одну силу, побуждающую и другую силу, задерживающую; силу—дѣйствовать и силу останавливать дѣятельность, силу страдать и силу припятствовать страданію. Самый тотъ фактъ, что паціентъ способенъ чувствовать боль, служить достаточнымъ доказательствомъ того, что онъ обладаетъ силой и подавить ее.

**Стадія религіознаго экстаза.**— Существуетъ состояніе эксцентричной душевной дѣятельности, которая въ первыя времена христіанства въ лицѣ мучениковъ стала типичной и представля-

лась стоящей гораздо выше тѣлесной боли. Дѣйствительно, эти лица нисколько не подчинялись гипнотизму и вполнѣ владѣли всѣми своими способностями, свойственными бодрственному состоянію; они не обращали никакого вниманія ни на раскаленное желѣзо, ни на бичи, ни на костры, и у нихъ даже тѣлесныя боли превращалпсь въ экстазь радости и блаженства. Было бы слишкомъ смѣлымъ вдаваться въ разрѣшеніе вопроса, были ли эти люди охвачены религиозным умопомраченіемъ, или, по внушенію извнѣ, могли Преодолѣвать тѣлесную боль. Истина заключается въ томъ, ЧТО въ человѣческую натуру вложена сила преодолѣвать и уничтожать боль, сила, которая можетъ быть проявлена, если только будетъ найдено и примѣнено правильное къ тому средство. Въ иныхъ случаяхъ эта сила вызывается внезапнымъ потрясеніемъ, вызваннымъ какой-нибудь задерживающей причиной. какъ напр , случилось, что лежавше въ постели больные вдругъ выздоравливали и могли вставать вслѣдствіе полученнаго ими какого-нибудь поражающаго, дурного извѣстія. Это средство можетъ принимать также форму гипнотическаго внушенія, когда докторъ приказываетъ, чтобы боль совершенно исчезла.

**Вызываніе пассивнаго сомнамбулизма для уменьшенія болей** — Когда врачу предстоитъ задача устранить въ пациентѣ ощущение боли (произвести анальгезію) прежде, чѣмъ подвергать его хирургической операциі, то онъ долженъ въ теченіе 14 дней ежедневно подвергать его гипнозу.



и по возможности дѣлать ему одно и то же внушеніе. Эти внушенія могутъ быть сдѣланы такимъ образомъ. Врачъ говоритъ больному: „Я думаю вамъ пріятно будетъ сегодня немного проѣхаться за городъ; мы теперь выйдемъ на улицу и сядемъ въ ожидающій насъ экипажъ, затѣмъ проѣдемъ по городу и далѣе по полямъ, вдаль отъ шума и суеты. Вотъ мы уже находимся на краю великолѣпнаго лѣса. Вы видите находящіяся передъ вами деревья, слышите пѣніе птицъ. Цвѣты на опушкѣ лѣса и вся эта чудная картина производитъ на васъ обаятельное впечатлѣніе. Здѣсь мы сойдемъ и будемъ бродить по лѣсу сколько нашей душѣ будетъ угодно. Вы ступайте по лѣвой тропинкѣ, а я возьму вправо, и позднѣе мы снова встрѣтимся. Послѣ вы мнѣ расскажите, гдѣ вы были и что видѣли во время прогулки. Чувство величайшаго удовлетворенія овладѣетъ вами: и счастье проникнетъ въ вашу душу; вы будете въ душѣ счастливы, свободны и жизнерадостны. Вы убѣдитесь, что всѣ страданья, всѣ боли прошли, и будете считать себя вполне счастливымъ. Ничто не можетъ вамъ повредить. Никакой боли вы совершенно не будете чувствовать: вамъ совсѣмъ несвойственно чувствовать какую-нибудь боль.

Испыпаніе воздѣйствія сновидѣній.—Этимъ въ-паціентѣ вызываютъ состояніе пассивнаго сомнамбулизма; именно,—онъ твердо увѣренъ, что гуляетъ въ прелестномъ лѣсу Для него это не сонъ; ему кажется это дѣйствительнымъ проис-

шествиѣмъ, и срывающіяся съ его губъ выраженіе счастливаго блаженства и измѣнившееся выраженіе его лица ясно свидѣтельствуяють о томъ, какъ твердо онъ держится внушенныхъ ему вами мыслей. Онъ чувствуетъ себя въ настоящее время вполне счастливымъ, какъ это и было ему навязано съ помощію внушенія. Рекомендуются подвергнуть пациента въ этомъ состояніи нѣкоторымъ важнымъ опытамъ. Такъ напр., въ то время, какъ ему причиняють боль, ему говорятъ, что онъ не чувствуетъ ни малѣйшей боли и скорѣе долженъ чувствовать себя въ высшей степени довольнымъ и счастливымъ.

**Повтореніе сна.**—Это сновидѣніе внушаютъ пациенту день за день, хотя бы съ большими видоизмѣненіями, затѣмъ, когда наступитъ день операціи, хорошо снова повторить его. Прежде чѣмъ пациента поднимутъ, для того, чтобы перенести его на операционный столъ, его сначала надо загипнотизировать и затѣмъ сдѣлать ему внушеніе. Само собой разумѣется, что въ этихъ случаяхъ рекомендуются имѣть вблизи опытнаго помощника, особенно, если предстоитъ очень болѣзненная операція, чтобы тотчасъ же пустить въ дѣло хлороформъ, если нервность больного перевѣситъ силу внушенія оператора.

**Идѣосинкразія пациентовъ, находящихся подъ дѣйствіемъ гипноза.**— Гипнотическая анестезія требуетъ совсѣмъ особеннаго изученія; не найдется двухъ субъектовъ, съ которыми можно было бы поступать одинаково: въ иныхъ случаяхъ

паціентъ впадаетъ въ глубокую летаргію, такъ что онъ не оказываетъ ни малѣйшаго вліянія на ходъ дѣла. Въ другихъ онъ охотно содѣйствуетъ оператору, въ точности исполняя всѣ его приказанія и интересуясь ходомъ операціи, какъ будто бы онъ былъ при это постороннимъ лицомъ. Бываютъ и такіе случаи, когда одна уже боязнь операціи уничтожаетъ всякое дѣйствіе гипнотическаго вліянія и больной просыпается, чтобы испытать весь ужасъ болей. Для такихъ случаевъ врачъ держитъ наготовѣ хлороформъ, чтобы употребить его при надобности.

**Дѣйствіе комаознаго состоянія („Komas").**—Въ старыя годы, когда еще докт. Эздэль подвергаль своихъ паціентовъ въ месмерическій сонъ, это состояніе принимали за „кому": это былъ сонъ, подобный глубокой летаргіи и продолжавшійся отъ 5 До 7 часовъ. Весьма рѣдко случалось, чтобы паціентъ приходилъ въ сознаніе при операціи; когда же это случилось, то достаточно было доктору просто приказать, и больной немедленно засыпаль. Въ такихъ случаяхъ внушеніямъ всегда нужно было давать такое направленіе, чтобы они произвели концентрированное гипнотическое состояніе. Я не раздѣляю мнѣнія нынѣшнихъ операторовъ, легко вызывающихъ слабое гипнотическое состояніе и утверждающихъ, что во многихъ случаяхъ бываетъ достаточно такого умѣреннаго гипноза—чтобы боль точно такъ же хорошо преодолѣвалась, какъ п при глубокомъ гипнозѣ.

Въ защиту глубокаго гипноза. — Всѣ опасныя большія операціи, производимыя подь легкимъ гипнозомъ, были всегда болѣзненны. Цѣнность глубокаго концентрированнаго, гипноза главнымъ образомъ, заключается въ томъ, что при глубокомъ снѣ пациента онъ даетъ возможность оператору заставить мозгъ пациента повиноваться ему, вслѣдствіе чего внушеніе, что онъ не чувствуетъ боли, принимается имъ, какъ совершенная правда. При болѣе легкомъ гипнозѣ пациентъ не повѣрилъ бы этому внушенію, и потому оно не имѣло бы силы.

Факты, имѣющіе мѣсто при мгновенномъ гипнозѣ.—Хотя многія лица, преслѣдующія личныя выгоды, утверждаютъ, что можно мгновенно за-гипнотизировать словомъ или взглядомъ первую попавшуюся личность въ первый же разъ, въ общемъ это, все-таки, неосуществимо. Тѣмъ не менѣе—фактъ, что мгновенный гипнотизмъ, хотя и рѣзко, бываетъ все же возможенъ. Уже было описано, какъ при послѣгипнозномъ внушеніи зритель долженъ получать впечатлѣніе, будто бы данный субъектъ былъ загипнотизированъ мгновенно, или что онъ при одномъ прикосновеніи гипнотизера мгновенно впадаетъ въ сомнамбулизмъ. Но мы хорошо знаемъ, что здѣсь дѣло идетъ о необычайномъ дѣйствиі послѣгипнознаго внушенія, сообщеннаго субъекту заранѣе докторомъ, а именно, что при его прикосновеніи онъ долженъ крѣпко заснуть. Изъ этого ясно, что тутъ дѣло касается совсѣмъ другого опыта, а не того, чтобы гипнотизировать лицо, встрѣчен-

ное первый разъ въ жизни. Однако, существуютъ два способа, — тлько два, — съ помощью которыхъ осуществляется это удивительное явленіе.

Методъ выставленія на видъ передъ публикой. — Одинъ изъ нихъ съ вѣроятнымъ успѣхомъ можетъ быть выполненъ передъ публикой, такъ какъ требуетъ блестящей театральной обстановки и предполагаетъ со стороны подвергающагося опыту чувство ожиданія и страха, къ которымъ должна присоединиться твердая вѣра въ силу гипнотизера.

Удивительное дѣйствіе страха. — Я уже ранѣе обратилъ вниманіе читателя на особенное дѣйствіе страха, испытываемое субъектомъ въ чувствительномъ состояніи. Извѣстно, что страхъ производитъ путаницу въ мозгу субъекта, во время которой можно сдѣлать положительное внушеніе настолько сильнымъ, что оно запечатлѣется въ немъ надолго, быть можетъ, навсегда. По моему мнѣнію и убѣжденію никогда не было чудомъ и нельзя считать за чудо силу древнихъ пророковъ. Она состояла просто въ томъ, какъ мнѣ думается, что люди убѣждены въ той силѣ, которую оказываетъ умъ на тѣло. Всѣмъ хорошо извѣстна исторія съ сирійскими прокаженными и точно также мы знаемъ о судьбѣ Гехадзи. слуги пророчицы Елизы. Въ наше время надо было бы охарактеризовать это, какъ удивительный результатъ страха, обусловливаемаго внушеніемъ, если бы совершенно здоровый человекъ внезапно заболѣлъ проказой. Я самъ дол-

женъ констатировать возможность такихъ фактовъ, предполагая, что субъекту заранее было дано извѣстное приказаніе въ предшествовавшемъ состояніи величайшаго страха. Страхъ имѣеть свойство парализовать дѣятельность всей мускульной системы.

**Какъ руноводить публичными сеансами.**— При публичныхъ сеансахъ вошло въ обычай, что гипнотизеръ, познакомивши публику съ нѣкоторыми ихъ своихъ приѣмовъ, вызываетъ на сцену желающихъ, чтобы показать на нихъ самихъ свое искусство. Случается иногда, что какого-нибудь молодого человѣка осмѣиваютъ за его боязнь быть на сценѣ, и потому публику завѣряютъ въ томъ, что никто изъ тѣхъ, кого будетъ профессоръ гипнотизировать, не будетъ испытывать ни малѣйшаго страха. Но какъ разъ воспоминаніе о только что видѣнномъ, вѣра въ силу, которую онъ не могъ понять, дѣлаютъ его жертвой тревожнаго состоянія, и хотя онъ очень храбрится, но въ дѣйствительности очень слабъ нервами. Гордость не позволяетъ ему отступить назадъ и, скрѣпя сердце, онъ всходитъ на эстраду.

Профессоръ уже по своей профессіи тотчасъ же видитъ, съ кѣмъ имѣеть дѣло, и въ обращеніи новоиспытываемаго замѣчаетъ признаки боязни. Окидывая взглядомъ новичка, онъ убѣждается, что если ему удастся къ нему примѣниться, то не будетъ стоить никакого труда внушить ему что угодно. Онъ быстро его усыпляетъ, такъ какъ боязнь вполнѣ способствуетъ

воспріятію внушенія. Но одного этого быстрого внушенія недостаточно, чтобы произвести въ мозгу моментальное замѣшательство, необходимое для мгновеннаго гипноза.

**Упоробительный** методъ. — Профессоръ подходитъ къ краю эстрады и въ тотъ моментъ, когда субъектъ ставитъ на нее ногу, онъ вдругъ одной рукой наноситъ ему ударъ по затылку, между тѣмъ когда публика думаетъ, что онъ хочетъ ему помочь войти. Этотъ ударъ имѣетъ цѣлью усилить замѣшательство новичка. Не давая ему времени опомниться, гипнотизеръ ладонью другой руки довольно крѣпко сжимаетъ ему подбородокъ, такъ что получается новый толчекъ, передающійся черезъ нервы позвоночному століку и причиняющій въ настоящій моментъ безчувственность. Субъектъ ощущаетъ шумъ въ ушахъ и какъ бы теряетъ сознание. Въ этой стадіи гипнотизеръ долженъ рѣшительно и строго приказать „Спи! скорѣй засыпай. Теперь ты внезапно погрузишься въ сонъ!“ Во многихъ случаяхъ этотъ пріемъ сопровождался успѣхомъ; субъектъ закрывалъ глаза, и съ этого момента находится въ состояніи сомнамбулизма. Эго метода сценическаго гипноза совершенно вѣрная, но подробности ея, все-таки, не должны быть видизш или понимаемы публикой. Толчекъ подъ подбородокъ долженъ быть едва замѣтенъ для присутствующихъ и отнюдь не долженъ быть грубымъ, или причинить боль. Его нужно дать быстро, и тогда онъ обыкновенно обезпечиваетъ успѣхъ.

**Мгновенный страх** какъ средство **воспрепятствовать мышленію**.— Другой способъ мгновеннаго гипнотизированія, не прѣбѣгая къ вышеописанному пріему, заключается просто въ томъ, что вниманіе новичка внезапно приковываютъ, нагнавши на него страхъ, когда онъ ни о чемъ подобномъ не думаетъ. Для этого можно воспользоваться серебрянымъ ящичкомъ, или другимъ подобнымъ блестящимъ предметомъ, который подносятъ къ глазамъ субъекта и положительно утверждаютъ, что онъ не можетъ отъ него отвести глазъ, что онъ вынужденъ повсюду слѣдить за нимъ глазами, куда бы его ни уносили. Разумѣется, при этомъ не надо давать времени субъекту для размышленія, ибо иначе онъ тотчасъ же узнаетъ, что въ ящикѣ нѣтъ никакой притягательной силы, заставляющей его не отводить отъ него глазъ. Для такихъ размышленій операторъ не долженъ давать времени субъекту.

**Быстрыя внушенія**. — Субъекту должно неотступно внушать, что его притягиваетъ къ себѣ ящикъ и побуждаетъ его слѣдить за нимъ глазами, что онъ не можетъ отвести отъ него глазъ, что бесполезно съ его стороны было бы пытаться освободиться отъ него. Нерѣдко случается, что глаза испытуемаго заблестятъ, и онъ продвинется впередъ, чтобы быть ближе къ ящику. При этомъ движеніи субъекта гипнотизеръ кладетъ ему руки на глаза и закрываетъ вѣки, говоря: „Ты не спишь, а между тѣмъ ты не можешь открыть глазъ". Отъ этого состоя-

нія только одинъ шагъ до сомнамбулизма съ его послѣдствіями—иллюзіями и галлюцинаціями.

**Гипнозъ при помощи телепатіи.**—Есть еще одинъ способъ для произведенія внезапнаго гипноза, но онъ не соотвѣтствуетъ природѣ и никогда не можетъ быть примѣняемъ серьезно. Это—гипнозъ посредствомъ телепатіи, другими словами—приведеніе въ гипнотическое состояніе черезъ передачу мыслей. Въ этомъ случаѣ гипнотизеру должна быть присуща сила передавать свои мысли на разстояніи безъ всякаго внѣшняго пособія, и иногда ему удается войти въ духовное сношеніе съ женщиной совсѣмъ особеннымъ образомъ, такъ что она будетъ знать и чувствовать его присутствіе и силу прежде, чѣмъ они обмѣняются хотя однимъ словомъ. Въ рѣдкихъ случаяхъ ему удастся послѣ того спокойно внушить женщинѣ идею о гипнотическомъ снѣ.

**Такіе случаи иногда бываютъ.**—Хотя подобные случаи бываютъ весьма рѣдко, но, все-таки, несомнѣнно бываютъ, и во внѣшнихъ проявленіяхъ они почти всегда одни и тѣ же, а потому ихъ можно назвать типичными. Проснувшаяся особа рассказываетъ, что ясно слышала кого-то, что гипнотизеръ ей шепталъ на ухо: „Вы должны спать—сейчасъ же спите“. Эту силу переносить свои мысли непосредственно въ мозгъ другого человѣка, до нѣкоторой степени затемнять ихъ, каждый гипнотизеръ долженъ употреблять предпочтительно и неоднократно. Это называется

практическимъ исполненіемъ, осуществленіемъ искусства концентрированія (сосредоточиванія). Мысль есть дѣйствующая сила, и передача мысли есть передача дѣйствующей силы по волѣ и желанію на извѣстное разстояніе.

**Философія воли въ месмеризмѣ.**—Прежніе приверженцы месмеризма при гипнотизированіи приписывали большее значеніе собственной волѣ и желанію, нежели магнетической силѣ вслѣдствіе прикосновенія. Во всякомъ случаѣ совѣтуемъ постоянно помнить, что осуществленіе какого бы то ни было изъ вышеописанныхъ феноменовъ должно постоянно сопровождаться внушеніемъ, диктуемымъ твердой волей и увѣренностью, что желаемый результатъ дѣйствительно возможенъ.

**Чувствительность субъектовъ.**—Въ данномъ случаѣ мы покажемъ нѣсколько методовъ гипнотизма. взятыхъ изъ практики лучшихъ гипнотизеровъ и источниковъ, до сегодняшняго дня еще не опубликованныхъ. Одной изъ употребительныхъ фразъ между операторами въ случаѣ удачнаго приведенія субъекта въ сомнамбулическое состояніе, бываетъ та, что субъектъ былъ „уловленъ“, или „пойманъ“. Во всякомъ случаѣ въ этомъ словѣ заключается многое, какъ бы просто оно ни звучало. Очевидно, этимъ они хотятъ выразить то, что, какъ скоро субъектъ достигъ извѣстной степени гипноза, для оператора не можетъ быть затруднительнымъ держать его въ этомъ состояніи, или же что онъ

можетъ снова привести субъекта въ то-же самое состояніе, какъ только этого пожелаетъ.

**Какъ къ этому приступить?** — Излюбленный методъ одного знакомаго мнѣ и по большей части пользующаго успѣхомъ оператора состоитъ въ томъ, что онъ сначала сажаетъ своихъ пациентовъ въ кресло, чтобы подвергнуть ихъ опыту первоначальнаго гипноза, причемъ онъ говоритъ имъ слѣдующее: „Закройте глаза. Теперь закройте глазныя яблоки насколько возуожно подь лобъ такъ, чтобы почти что казалось, будто они находятся въ мозгу. Теперь внушайте насильно самому себѣ, что вы не можете открыть глазъ. Попытайтесь изо всѣхъ силъ поднять вѣки, въ то время какъ будете закрывать глаза назадъ. Вы увидите, что вамъ совершенно невозможно открыть глаза. Но вы пытайтесь еще чаще и настойчивѣе дѣлать это. Вы должны сосредоточить свои мысли тамъ, въ мозгу, гдѣ находятся ваши глаза, и скоро вами овладѣетъ глубокой гипнозъ. Вы ничего не будете слышать, что происходитъ въ комнатѣ, и все свое вниманіе будете посвящать исключительно моему голосу". Этотъ методъ очень часто увѣличивался успѣхомъ, и почти неосредственно за неподвижностью вѣкъ наступало состояніе сомнамбулизма.

Второй методъ, **обещающій такой же успѣхъ.**—Второй методъ вызыванія гипнотическаго состоянія состоитъ въ томъ, чтобы какъ можно скорѣе усыпить субъекта, причемъ ему приказываютъ

смотримъ (косить) обоими глазами на кончикъ носа. Этимъ вызывается напряженіе глазъ, которое въ высшей степени утомляетъ зрительный нервъ.

Самогипнозъ. — Къ области самогипноза, съ цѣлью усыпить ночью себя самого, относится еще другой методъ, который всякій можетъ испытать на себѣ. Онъ состоитъ въ томъ, что глаза закрываютъ почти что совсѣмъ и пытаются какъ-либо косить глазами, не закрывая вполне вѣкъ. При этомъ голова должна быть нѣсколько запрокинута назадъ, а вѣки лишь настолько опущены внизъ, чтобы оставалась узкая щель, дающая возможность смотрѣть внизъ. Результатомъ будетъ соответствующее утомленіе глазъ, которое всегда является предшественникомъ соннаго состоянія.

**Поворачиваніе** головы. — Одинъ изъ часто принимаемыхъ приемовъ операторовъ на сценѣ, когда они имѣютъ передъ собой упрямаго субъекта, заключается въ томъ, что ему даютъ въ руки блестящій предметъ и приказываютъ неподвижно смотрѣть на него короткое время, а затѣмъ вертѣтъ головой кругомъ 15—20 разъ, — конечно безъ напряженія, — это въ значительной степени вліяетъ на циркуляцію крови. Очень часто этотъ приемъ ведетъ къ тому, что субъектъ освобождается отъ прежде бывшаго прилива крови и впадаетъ въ сонное состояніе.

**Магнетизированіе** воды. — Прежде излюбленной

манерой магнетизеровъ было опускать руки въ присутствіи пациента въ небольшой стаканъ съ водой, такъ что два пальца правой руки были въ водѣ. При этомъ они утверждали, что передаютъ водѣ свой собственный магнетизмъ при помощи простой силы воли, и что, какъ только пациентъ будетъ пить эту воду, онъ тотчасъ почувствуетъ всѣ симптомы наступающаго сна. вслѣдствіе чего становится болѣе легкимъ скоро и увѣренно погрузить его въ магнетическій сонъ,

**Можно магнетизировать бумагу.** — Нѣкоторые, оставивши воду, стали магнетизировать, въ присутствіи пациента бумагу, взявъ два клочка ея и глядя на нихъ, не отводя глазъ. Затѣмъ бумага передавалась пациенту съ просьбой закрыть глаза и сосредоточить мысли на томъ чувствѣ, которое ощущалось при дотрогиваніи до магнетизированной бумаги. Результатъ получался такой, что вслѣдствіе быстраго сосредоточенія мысли у пациента (и это приписывалось бумагѣ) онъ быстро впадалъ въ гипнозъ.

**Электричество, какъ средство, внушающее сонъ.**— До сихъ поръ психологія мало оказывала вниманія примѣненію электрической баттары, какъ вспомогательнаго средства при внушеніи; а между тѣмъ нѣтъ внушенія сильнѣе передаваемого электрическимъ токомъ. Быть можетъ существуетъ особое вліяніе тока на нервную систему; а можетъ быть вліяніе заключается просто въ силѣ стремленія, содѣйствующаго сосредоточенію мысли на предстоящемъ снѣ. Но многіе

изъ моихъ пациентовъ переходили въ глубочайшее гипнотическое состояніе, когда я употреблялъ слабый электрической токъ, сопровождаемый внушеніемъ,—даже такіе пациенты. на которыхъ одно словесное внушеніе очень мало дѣйствовало.

**Пользованіе кристалломъ.** —Для развитія сосредоточенія мысли, составляющей, какъ извѣстно, переходную ступень къ способности поддаваться гипнозу, я часто совѣтовалъ употреблять кусочекъ кристалла и называлъ этотъ способъ „Фиксированіемъ кристалла" („Kristnllbiarren"). Это со всѣмъ особенная способность, и она такъ близко подходитъ къ ясновидѣнію, что ее можно считать тождественной съ нимъ. Но, конечно, часто при этомъ способѣ пациентъ просто приходитъ въ состояніе сознательно бездѣйствія и безсознательной дѣятельности, служащей переходной ступеню къ сомнамбулизму. Хотя для этой цѣли лучше всего подходитъ кусокъ кристалла, но можно употреблять и всякій блестящій предметъ съ отполированной поверхностью, напр., серебряный кружокъ. Испытуемаго просятъ каждое утро и вечеръ садиться передъ блестящимъ предметомъ и ждать, пока на его отполированной поверхности можно будетъ видѣть различныя картины.

**Гипнозъ—видѣть предметы въ кристаллѣ.** —Способность видѣть картины въ кристаллѣ возрастаетъ съ упражненіемъ. Извѣстно изъ опыта, что лица вначалѣ, даже до 12 разъ, не могли добиться никакого результата впослѣдствіи мало-

по-малу пріобрѣтали силу видѣть на отполированномъ предметѣ или кристаллѣ разныя картины. Когда эта сила развита, то субъектъ можетъ по желанію увидать и отсутствующее лицо. Тождество силы вызывать картины по произволу съ ясновидѣніемъ объясняютъ тѣмъ, что можно иногда не только видѣть желаемую особу, но и узнать, хотя въ аллегорической формѣ, что эта особа намѣрена дѣлать въ данный моментъ. Можетъ даже случиться, что на кристаллѣ появятся слова, имѣющія отношеніе къ означенной особѣ, и такимъ образомъ можно получить телепатическія извѣстія отъ желаемого оригинала образа.

**Гипнозъ** зависитъ отъ вниманія, а не отъ циркуляціи крови. — Гипнозъ не зависитъ отъ циркуляціи крови. и нѣтъ надобности дожидаться, чтобы голова освѣжилась, и кровь болѣе или менѣе отхлынула отъ мозга; напротивъ, гипнозъ часто наступаетъ во время переполненія мозга кровью. По моимъ наблюденіямъ, состояніе это исключительно зависитъ отъ сосредоточеннаго вниманія, тѣмъ или другимъ способомъ направленнаго на соотвѣтствующій предметъ. Поэтому совѣтую въ числѣ многихъ методъ гипнотизированія употреблять и такой, гдѣ нужно медленно и глубоко дышать, или обращать все вниманіе больно на процессъ дыханія. При этомъ, надо ему разъяснить, что посредствомъ это гипнотическое состояніе достигается такъ-же легко, какъ и посредствомъ пристального непрерывнаго смотрѣнія на блестящій предметъ.



Вопрось.—Какой процентъ испытуемыхъ можетъ быть загипнотизированъ?

Отвѣтъ.—Каждый умственно здоровый человекъ можетъ быть загипнотизированъ, а изъ душевно или умственно больныхъ многіе также могутъ быть успѣшно подвергнуты гипнозу: одни сразу, другіе послѣ нѣсколькихъ повторенныхъ опытовъ.

Вопрось.—Слабѣтъ-ли вслѣдствіе гипноза воля человека?

Отвѣтъ.—Нѣтъ, за исключеніемъ тѣхъ случаевъ, когда многократныя внушенія направлены къ тому, чтобы ослабить волю. Внушенія съ цѣлью укрѣпить самосознаніе, пріучить сосредоточиваться, приобрести болѣе выдающуюся индивидуальность, большую самоувѣренность, — если все это постоянно будетъ внушаться, — воспринимаются весьма охотно; и такимъ образомъ воля чрезъ примѣненіе гипнотизма должна скорѣе укрѣпляться, а не слабѣть.

Вопрось.—Сколько времени можетъ продолжиться вліяніе послѣ того, какъ испытуемый былъ разбуженъ?

Отвѣтъ.—Вліяніе кончается въ тотъ моментъ, кагда субъектъ пробуждается; конечно, исключеніе составляетъ такое послѣгипнозное внушеніе, которое, можетъ быть, подѣйствуетъ лишь черезъ нѣкоторое время послѣ пробужденія.

Вопрось.—Предположимъ случай, когда человекъ былъ загипнотизированъ въ первый разъ

противъ своей воли; гдѣ ему искать защиты противъ гипнотизера, не имѣвшаго на то никакого права?

Отвѣтъ.— Если кто-либо будетъ загипнотизированъ безсовѣстнымъ гипнотизеромъ, то онъ можетъ обратиться къ лучшему гипнотизеру, знающему дѣло, который съумѣетъ удалить вредное вліяніе. Впрочемъ, весьма мало лицъ, которыя могутъ быть подвергнуты гипнозу вопреки ихъ воли; подобные случаи чрезвычайно рѣдки и не подлежатъ здѣсь разсмотрѣнію.

Вопросъ.— Гдѣ можетъ искать защиты женщина отъ безсовѣстнаго гипнотизера?

Отвѣтъ.— Защита главнымъ образомъ, заключается во внезапномъ возвращеніи сознанія и въ томъ, что ни одинъ гипнотизеръ не можетъ воспрепятствовать пробужденію. Все равно, какимъ бы повелительнымъ тономъ докторъ ни отдавалъ свои приказанія, женщина будетъ бодрствовать, противно его желанію, и если ей будетъ грозить дѣйствительная опасность, то она постоянно будетъ насторожѣ.

Вопросъ.—Предположимъ, загипнотизированному субъекту дано было внушеніе по пробужденію забыть собственное имя; докторъ умышленно ушелъ послѣ этого. Какъ долго памяти, субъекта остается въ этомъ состояніи забывчивости?

Отвѣтъ.— Это зависитъ отъ личности: иногда память не возвращается день или два. Обыкновенно

венно внушеніе сохраняется до тѣхъ поръ, пока извнѣ не получится напоминанія.

**Внушеніе на практикѣ** — Чтобы вызвать состояніе воспріимчивости, мы прибѣгаемъ, говорить профессоръ Коастсъ, къ внушенію и, смотря по обстоятельствамъ, видоизмѣняемъ послѣднее, для того, чтобы вполне использовать это состояніе. Если пациентъ уснетъ, все равно — естественнымъ или искусственнымъ сномъ, то это не должно тревожить и озабочивать оператора. Сонъ не можетъ принести пациенту ничего кромѣ пользы; притомъ, въ случаѣ необходимости, пациента всегда легко вернуть въ состояніе бодрствованія посрелствомъ нѣсколькихъ спокойныхъ и энергичныхъ внушеній. Будетъ ли это сонъ нервовъ, или такой, который ничѣмъ не отличается отъ обыкновеннаго сна— это здоровый, успокаивающій, цѣлительный и абсолютно безопасный сонъ.

**Советъ Молля**.—Принимаясь за гипнотизацію, не лишнее вспомнить слова Moll'a, одного изъ пользующихся наибольшимъ успѣхомъ гипнотизеровъ, именно, „что всякое легкое ощущение тяжести или неловкости которое иногда являются непосредственно послѣ гипноза, искупается безъ сравненія всѣмъ представляемымъ имъ выгодами". Затѣмъ слѣдуетъ избѣгать **не** правильныхъ методовъ и **не** быть черезчуръ нетерпѣливымъ въ ожиданіи результатовъ; во **всѣхъ** же случаяхъ операторъ долженъ прежде **всего** **не** терять увѣренности и спокойствія.

Иногда нервные пациенты дѣлаются какъ будто еще нервнѣе. но это зависитъ не сколько отъ самого гипнотизма, сколько отъ страха передъ тѣмъ то, дотолѣ неизвѣданнымъ, а также объясняется вліяніемъ разныхъ „бабьихъ сказокъ“, которыя могли въ свое время произвсти на пациента извѣстное впечатлѣніе.

Операторъ не долженъ стремиться получить во что бы то ни стало тѣ или другіе результаты; не долженъ заставлять пациента черзчуръ долго смотрѣть на блестящій предметъ, или не въ мѣру возбуждать какое либо изъ его чувствъ. Ему не слѣдуетъ также стараться преждевременно развивать у своего пациента психическія силы, въ смыслѣ необычнаго ихъ проявлѣнія, какъ то—ясновидѣнія, слышанія голосовъ и т. д., и въ концѣ каждаго сеанса онъ долженъ нейтрализовать всѣ внушенія, прежде чѣмъ разбудить пациента; наконецъ нужно позаботиться, чтобы переходъ послѣдняго въ нормальное состояніе совершился вполнѣ, и не былъ бы ему непріятенъ.

Эти замѣчанія нужно особенно имѣть въ виду при различнаго рода изслѣдованіяхъ и опытахъ надъ пациентомъ въ состояніи гипноза. Нейтрализація цѣлительныхъ внушеній конечно не нужна, все равно, имѣютъ ли они своей цѣлью непосредственный или послѣгипнотическій эффектъ. Все, это необходимо сдѣлать въ этихъ случаяхъ—это спокойно, твердо и ласково разбудить пациента. Если послѣдній будетъ испытывать при этомъ какія нибудь непріятныя ощу-

щенія. то операторъ всегда можетъ легко удалить ихъ.

Удобные и простыя приемы.—Мы зайдемъ теперь въ приемный покой гипнотизера и прослѣдимъ нѣкоторые удобные и простые приемы, употребляемые имъ для наведенія гипноза. Во всѣхъ случаяхъ мы замѣтимъ три неизбѣжныя стадіи:

1. Наведеніе состоянія воспріимчивости;
2. Подачу цѣлительныхъ внушеній;
3. Пробужденіе пациента;

Мы сосредоточимъ пока наше вниманіе на первой изъ этихъ стадій, такъ какъ наведеніе гипноза не совсѣмъ просто. Оно предполагаетъ уже извѣстную опытность въ операторѣ и обыкновенно является камнемъ преткновенія для всѣхъ начинающихъ.

Пациенту предлагается занять удобное кресло или лечь на кушетку (спиной къ свѣту, который долженъ однако освѣщать лицо гипнотизера). Его приглашаютъ устроиться какъ можно удобнѣе, не думать особенно ни о чемъ, относиться къ происходящему возможно равнодушнѣе, и просто, насколько это зависитъ отъ него, слѣдовать даваемымъ указаніямъ. Хорошо, если при гипнотизаціи присутствуетъ кто нибудь, пользующійся довѣріемъ пациента и въ особенности — пациентки. Это довѣренное лицо, на обязанности котораго лежитъ внимательное наблюденіе за всѣмъ происходящимъ, не должно однако находиться въ полѣ зрѣнія пациента. Если пациентъ находится въ креслѣ, операторъ можетъ занять удобное положеніе напр. справа

отъ него. Если же паціентъ лежитъ на диванѣ, то гипнотизеръ можетъ сѣсть рядомъ на стуль, но во всѣхъ случаяхъ его положеніе должно быть таково, чтобы субъектъ, смотря на него, держалъ свои глаза слегка поднятыми. Всѣ свои мышцы паціентъ долженъ ослабнуть, всѣ члены сдѣлать вялыми и податливыми, рукамъ придать какое нибудь удобное положеніе. Гипнотизеръ же въ это время долженъ представлять собою полную противоположность своему субъекту. Его мускулы напряжены, и онъ, соотвѣтственно этому, дѣятеленъ, подвиженъ и увѣренъ въ себѣ, между тѣмъ какъ паціентъ находится, или по крайней мѣрѣ долженъ находиться, въ состояніи пассивности и восприимчивости.

Слѣдующая задача оператора заключается въ томъ, чтобы незамѣтно возбуждигъ вниманіе паціента, и затѣмъ поддерживать его. Нѣкоторые люди, слушая музыку, проповѣдь, или поддаваясь религіозному или иному возвышенному настроенію, или наконецъ, желая просто сосредоточиться на чемъ нибудь, находятъ, весьма удобнымъ для своей цѣли закрывать глаза. Во многихъ случаяхъ это происходитъ безсознательно. Когда человекъ хочетъ заснуть, онъ также, задолго передъ тѣмъ, какъ потерять сознаніе, закрываетъ глаза. Гипнотизируя, мы стараемся возбудить вниманіе паціента и находимъ полезнымъ, если его глаза будутъ закрыты.

Вообразимъ, что паціентъ находится въ креслѣ, а гипнотизеръ стоитъ, выпрямившись, на небольшомъ разстояніи отъ него и говорить съ

нимъ спокойнымъ, ласковымъ, но твердымъ и рѣшительнымъ голосомъ, внушающимъ пациенту довѣріе и дѣйствующимъ на него успокоительно. Гипнотизеръ держитъ первые два пальца своей правой руки въ разстояніи пяти—шести дюймовъ отъ глазъ пациента и немного выше ихъ уровня. Онъ проситъ пациента смотрѣть на пальцы, не сводя глазъ; и въ короткое время онъ (пациентъ) почувствуетъ гипнотическое вліяніе. Если результатомъ этого является сонливость или состояніе дремоты и воспріимчивости, то пациенту совѣтуютъ не бороться съ этимъ чувствомъ, дать ему тихо овладѣть собою—и все будетъ хорошо.

Все это время, пока гипнотизеръ своими тихими и ласковыми словами приготовляетъ почву для дальнѣйшихъ внушеній, пациентъ продолжаетъ смотрѣть на пальцы оператора, которые не будучи сами по себѣ блестящимъ предметомъ, какъ напр. ланцетъ и другія металлическія вещи, часто употребляемыя при гипнотизаціи, не раздражаютъ особенно его зрѣнія. Теперь гипнотизеръ начинаетъ свое „убаюкиваніе“, и по мѣрѣ того, какъ онъ продолжаетъ говорить, его голосъ постепенно дѣлается все болѣе и болѣе глухимъ и монотоннымъ.

„Вы чувствуете себя спокойно, удобно, чувствуете вялость и сонливость; вы чувствуете себя покойно, удобно, и васъ клонитъ ко сну“—все это повторяется медленно, нѣсколько разъ.

„Ваше зрѣніе затуманивается“—это и есть па само мѣ дѣлѣ если пациентъ смотрѣлъ на

пальцы болѣе или менѣе продолжительное время. „Ваше зрѣніе затуманивается, вѣки Ваши тяжелѣютъ; Вы чувствуете себя соннымъ, соннымъ, Вы не въ состояніи держать глаза открытыми. Вы чувствуете себя соннымъ, соннымъ, соннымъ, соннымъ, соннымъ; Вы чувствуете себя соннымъ, соннымъ, соннымъ, с-о-н-ны-м-ъ" — нѣсколько разъ съ небольшими варіаціями.

„Вы засыпаете, засыпаете, засыпаете, крѣпко, крѣпко засыпаете, засыпаете, крѣпко засыпаете, крѣпко засыпаете, крѣпко засыпаете" — нѣсколько разъ.

„Вы засыпаете, засыпаете, крѣпко, крѣпко засыпаете. засыпаете крѣпко, крѣпко засыпаете- Вы спите, крѣпко спите, крѣпко спите, спите! спите, крѣпко спите, крѣпко спите; Вы уже крѣпко спите, Вы спите крѣпко. крѣпко спите" — нѣсколько разъ; послѣднія слова — болѣе увѣренно, но не громче.

Между тѣмъ вѣки пациента опустились, задрожали и сомкнулись; дыханіе слегка измѣнилось, и показались также и другіе симптомы сна.

Теперь нужно лишь немного повисить гонъ голоса и слегка видоизмѣнить и повторять послѣднюю фразу; пациентомъ овладѣваетъ при этомъ легкая дремота, а затѣмъ и болѣе глубокой сонъ. Первой въ большинствѣ случаевъ вполне достаточно для лечебныхъ цѣлей. Впрочемъ лучше зайти немного дальше. Гипнотизеръ, слегка возвысивъ голосъ, повторяетъ свои внушенія сна, и въ это самое время тихо и нѣжно проводитъ пассы надъ лицомъ и тѣломъ па-

ціента. „Вы крѣпко спите“, говорить онъ, „спите крѣпко. спите, крѣпко спите, спите, спите, спите, спите, крѣпко спите, спите. спите, крѣпко спите, спите крѣпко“.

Затѣмъ слѣдуетъ посмотрѣть, въ какомъ состояніи находится паціентъ; спокойное выраженіе лица, болѣе тяжелое дыханіе — говорятъ въ пользу сна; но если является какое-либо сомнѣніе, то операторъ осторожно поднимаетъ одно изъ вѣкъ паціента. Тутъ можетъ случиться одно изъ двухъ: паціентъ или проснется, или останется по прежнему неподвиженъ, причемъ будутъ видны только бѣлки его глазъ. Онъ находится въ гипнотическомъ состояніи. Теперь ему можно дѣлать цѣлительныя внушенія, соотвѣтственно его болѣзни. Эти внушенія воспринимаются его подсознательнымъ „я“, приобрѣтаютъ особенную силу и вліяніе, и неизмѣнно производятъ свое дѣйствіе.

Гиинотизеръ никогда не долженъ отвѣчать на вопросъ паціента—„Можеге ли Вы загипнотизировать меня?“ — „Я попробую“, или чтонибудь въ этомъ родѣ. Это внушаетъ сомнѣніе въ его силахъ. Мало такихъ паціентовъ, которые въ своихъ поискахъ за здоровьемъ и помощью, не были бы впечатлительны, или не могли быть быть сдѣланы таковыми. Отвѣтъ долженъ быть увѣреннымъ и вполнѣ утвердительнымъ:—„Да, я могу“, или „О, конечно, въ самое короткое время“. — „Можете вы вылечить меня?“ — „Безусловно, съ небольшимъ лишь Вашимъ содѣйствіемъ. Какъ только Вы войдете въ надлежа-

щее состояние восприимчивости, Ваше выздоровление сразу подвинется вперед".

**Послѣгипнотическія** внушенія.—Какъ и восприимчивость къ гипнозу, такъ и дѣйствительность цѣлительныхъ внушеній могутъ быть усилены послѣгипнотическими внушеніями. Послѣднія дѣлаются приблизительно такъ: Непосредственно иередь концомъ сеанса внушите паціенту и съ увѣренностью заявите ему, что онъ глубже упадетъ въ гипнотическое состояніе въ слѣдующій сеансъ. Что касается цѣлительныхъ внушеній, то они приобрѣтаютъ особенную силу, если паціенту въ состояніи гипноза внушается жить и дѣйствовать „такъ-то и такъ-то" въ его повседневной жизни и указывается, что подобнаго рода режимъ будетъ для него благотворнымъ. Такія внушенія называются „послѣгипнотическими", такъ какъ ихъ дѣйствіе обнаруживается не во время сна, а въ послѣдующіе періоды.

Теперь мы прослѣдимъ другой случай. Операторомъ является медикъ. Онъ сидитъ у кушетки, на которой лежитъ паціентъ. Онъ смотритъ на лежащаго передъ нимъ цаціента, предлагаетъ ему лечь поудобнѣе и не думать ни о чемъ, кромѣ сна. Докторъ держитъ свой правый указательный палецъ передъ глазами паціента и немного выше ихъ уровня и проситъ его смотрѣть на этотъ палецъ, смотрѣть на него пристально. Говоря все это, докторъ незамѣтно двигаетъ свой палецъ взадъ и впередъ, приближая его на разстояніе приблизительно шести

дюймовъ отъ глазъ паціента. Это производитъ легкое движеніе глазныхъ яблокъ съ періодическимъ скашиваніемъ глазъ, но паціентъ не замѣчаетъ всего этого. У него мало по малу прекращается активная мысль. Это именно то, что нужно. Монотоннымъ и глухимъ голосомъ докторъ начинаетъ внушать паціенту идею о снѣ.

„Ваши глаза утомляются и тяжелѣютъ; они начинаютъ слезиться; Ваши глаза утомляются; Ваши вѣки начинаютъ тяжелѣть, тяжелѣть; Вы чувствуете сонливость и вялость во всемъ тѣлѣ. Васъ клонитъ ко сну; Вы засыпаете; Вы засыпаете крѣпкимъ, крѣпкимъ, крѣпкимъ сномъ. Отдайтесь ему вполне. Вамъ хочется спать, спать; засните, засните крѣпкимъ, крѣпкимъ сномъ; спите, спите, крѣпко спите, крѣпко спите, спите, спите; Вы крѣпко засыпаете, засыпаете“, и т. д., повторяя все это со спокойной увѣренностью.

Замѣчая измѣненіе дыханія, небольшую разницу въ пульсѣ, дрожаніе вѣкъ и проч., докторъ убѣждается, что его паціентъ находится въ состояніи покоя и восприимчивости, и затѣмъ, не производя никакихъ опытовъ, вроде подниманія рукъ или заявленіе паціенту, что онъ не можетъ открыть глазъ, докторъ приступаетъ къ цѣлительнымъ внушеніямъ, которыя произносятся уже не монотонно, но голосомъ яснымъ, внятнымъ обнадеживающимъ и выразительнымъ.

**Признаки загіпнотизаці.** Если гипнотическое состояніе вызвано, то у загіпнотизированнаго можно замѣтить слѣдующіе признаки: по мѣрѣ того, какъ гипнотизмъ производитъ свое дѣйствіе, глаза становятся тусклыми, а вѣки постепенно опускаются и наконецъ совсѣмъ смыкаются. Глаза закатываются, какъ это бываетъ въ обыкновенномъ снѣ, или во снѣ болѣе или менѣе приближающемся къ послѣднему. Иногда появляется дрожь въ сомкнутыхъ вѣкахъ, причемъ бываетъ также, что глаза закрываются не вполне, но только отчасти. Въ послѣднемъ случаѣ они не имѣютъ никакого выраженія. Черты лица застываютъ, какъ у маски. Все тѣло точно нѣмѣетъ; руки и ноги оцѣпенѣваютъ. Дыханіе, смотря по обстоятельствамъ, можетъ быть то спокойнымъ, то тяжелымъ, а пульсъ обыкновенно замедленъ и ровенъ. Сознаніе варьируется со степенью глубины гипноза. Пациентъ можетъ ирипомнить все, что было ему говорено, или можетъ ничего не помнить—все это въ зависимости отъ того, находился ли онъ только въ состояніи дремоты или легкаго сна, или въ сомнамбулизмѣ или еще болѣе глубокихъ степеняхъ транса.

Иногда въ началѣ сеанса пациентъ слабо реагируетъ на цѣлительныя внушенія, какъ бы не слыша, не вполне понимая ихъ, или не интересуясь ими, но затѣмъ онъ ихъ принимаетъ. соглашается съ ними и въ точности имъ слѣдуетъ. Выраженіе лица можетъ измѣняться моментально, сообразно эмоціямъ. Въ особенности это имѣетъ мѣсто въ экспериментальномъ гип-

нотизмъ. Иногда на лицѣ замѣчается интересъ къ леченію, но вообще говоря, оно почти всегда спокойно и мало выразительно, хотя и обнаруживаетъ до извѣстной степени вниманіе. Руку можно поднять, и она падаетъ обратно; или ее можно поднять, и внушить, что она останется протянутой. Она такъ и застынетъ въ этомъ положеніи, причѣмъ пациентъ повидимому не ощущаетъ никакой усталости. Можно ускорить пульсъ, повысить температуру тѣла и т. д., хотя и не всегда въ той степени, какая наблюдается у нѣкоторыхъ индивидуумовъ при ихъ сознательномъ усилии въ этомъ направленіи, въ нормальномъ состояніи. Нечувствительность къ боли нельзя еще считать за такой безусловно вѣрный признакъ гипнотическаго состоянія, какъ напр., произвольное вращеніе глазныхъ яблокъ съ накатываніемъ глазъ и анеміей сѣтчатой оболочки.

Прежде чѣмъ переходить къ наведенію дальнѣйшихъ стадій гипноза, слѣдуетъ вспомнить, что единственная цѣль гипнотизера — вылечить болѣзнь, а главная цѣль пациента — выздороветь; и что достаточно уже совокупности мысленныхъ энергій этихъ двухъ однородныхъ желаній, чтобы получить сначала улучшеніе болѣзненнаго состоянія, а затѣмъ и полное выздоровленіе. Все должно быть подчинено этой главной идеѣ — здѣсь нѣтъ мѣста экспериментированію. Операторъ прямо приступаетъ къ работѣ. Такъ какъ пациентъ находится въ состояніи гипноза, то вниманіе его не отвлекается, а его умъ временно отдыхаетъ до тѣхъ поръ, пока всѣ сос-

диненныя его силы не будутъ энергично направлены по новой колеѣ. Получающіеся результаты иногда граничатъ чуть ли не съ чудеснымъ.

Итакъ пусть у пациента (скажемъ, жертвы хроническихъ головныхъ болей) наконецъ вызвано, хотя и съ нѣкоторымъ трудомъ, состояніе гипноза. Операторъ кладетъ свою руку на голову больного и говоритъ: «Я держу руку на вашей головѣ и вы начинаете чувствовать себя лучше; головная боль какъ бы поднимается вверхъ и проходитъ. Вотъ я тру вамъ виски» (тутъ употребляются легкіе контактные пассы сверху внизъ и назадъ) «и вы чувствуете, какъ ваша боль исчезаетъ; Вы чувствуете, какъ она исчезаетъ; вы чувствуете, какъ боль ваша исчезаетъ. Она проходитъ; она проходитъ. Она поднимается вверхъ и исчезаетъ; Она уже прошла. Ваша головная боль ирошла. Ея у васъ больше не будетъ. Она прошла и не вернется вновь. Она совершенно прошла. Все ваше общее самочувствіе улучшается: уныніе и страхъ прошли. Вы становитесь сильнѣе и здоровѣе, сильнѣе и здоровѣе; и когда вы проснетесь, вы не будете чувствовать ни малѣйшей боли, ни малѣйшей боли. Вамъ становится лучше. Вы уже теперь чувствуете приливъ здоровья и силы, какихъ уже не ощущали давно. Вамъ уже теперь лучше; вамъ теперь уже лучше. Нѣтъ головной боли; нѣтъ никакихъ болей; вамъ теперь гораздо лучше. Когда вы проснетесь, вы не будете чувствовать ни малѣйшей боли».

**Пассы.**—Дѣйствіе внушеній усиливается еще легкими и нѣжными пассами, направляющими вниманіе пациента на тѣ мѣста его тѣла, гдѣ онъ испытываетъ наиболѣе сильныя боли. Нервные силы находятъ себѣ туда дорогу, и такъ какъ идея выздоровленія пріятна пациенту и не вызываетъ сопротивленія съ его стороны, то боль дѣйствительно уменьшается или даже совсѣмъ исчезаетъ къ концу сеанса. Всѣ эти словесныя внушенія и пассы должны продолжаться минутъ десять—пятнадцать. Послѣ этого пациенту велятъ отдохнуть и его оставляютъ одного на двѣ—три минуты, а затѣмъ будятъ, или просто однимъ приказаніемъ проснуться, или кромѣ этого еще нѣсколькими отрывистыми пассами снизу вверхъ. Гипнотизеръ говоритъ: „Тенерь я разбуду васъ. Когда я скажу „три“, вы проснетесь и будете чувствовать себя совсѣмъ хорошо“, и т. д. „Ну—разъ, два, три; проснитесь!“ И пациентъ встаетъ, бодрый и освѣженный и съ удивленіемъ замѣчаетъ, что его головная боль прошла.

Впрочемъ, если пациентъ выражаетъ опасеніе, что она можетъ опять вернуться или, что хотя, правда, ему теперь гораздо лучше, онъ все же чувствуетъ себя еще не вполне здоровымъ, то операторъ не начинаегъ всей процедуры опять сначала, но приглашаетъ пациента придти на сеансъ еще разъ, напр. завтра, въ такомъ-то часу. Во время этого сеанса нужно прилагать особенныя старанія къ тому, чтобы гипнозъ хорошо удался, а чо касается цѣлительныхъ внушеній, то ихъ следуетъ произво-

дять тщательно, обдуманно и увѣренно. Этотъ методъ примѣняется во всѣхъ случаяхъ обыкновенной, частной практики. Если же предстоитъ что нибудь очень серьезное, напр. хирургическая операція, то гипнотизеръ, очевидно, долженъ лишь подготовить къ ней пациента, вызвавъ у него анестезію, но самъ не оперировать. Даже, если гипнотизеръ—самъ врачъ, то все таки лучше, если онъ будетъ лишь гипнотизировать, а производство операціи предоставитъ другимъ.

Теперь возьмемъ еще одинъ примѣръ хронической болѣзни, въ родѣ тѣхъ, о которыхъ я упоминалъ уже раньше. Пациента лечили лучшія медицинскія силы, но приносили ему лишь временное облегченіе, а затѣмъ болѣзнь возвращалась съ прежней силой. Нервы его совершенно расшатаны. У него сильный налетъ на языкѣ, расстроенное пищевареніе, головокруженія, нервныя вздрагиванія во снѣ; по временамъ настоящія конвульсіи; губы и руки съ синевой, конечности холодны; кромѣ того онъ подверженъ меланхоліи; чувствуетъ боли въ лѣвомъ боку; временами невралгію поясничныхъ нервовъ; желудокъ совершенно неправиленъ; сонъ плохъ; аппетита никакого; семья, жизнь потеряли для него всякій интересъ, а по временамъ у него бываетъ такое душевное состояніе, что ему хотѣлось бы умереть. Намъ не зачѣмъ прослѣживать всю исторію его жизни и болѣзни; достаточно лишь замѣтить, что нашъ больной интеллигентный человекъ, лѣтъ сорока пяти, а выгядитъ на цѣлыхъ пятьдесятъ пять, и притомъ плохо даже и для этого возраста.

Уже пять или шесть лѣтъ. какъ онъ почти калѣка. Больной надоѣлъ себѣ и своему доктору, и только любовь и терпѣніе его домашнихъ удерживаютъ ихъ отъ того, чтобы единогласно не признать его помѣхой и обузой для всѣхъ. Кто то предлагаетъ испробовать гипнотизмъ. Онъ не вѣритъ всему этому, но въ концѣ концовъ принужденъ прибѣгнуть къ нему, какъ къ послѣднему средству; и вотъ онъ, въ сопровожденіи одного изъ своихъ друзей, является къ гипнотизеру. „Ему дѣлается все хуже и хуже, а боли становятся нестерпимыми“, говоритъ за пациента его спутникъ.

Тутъ пациентъ рассказываетъ самъ свою исторію, и гипнотизеръ довольно долго терпѣливо выслушиваетъ его. Это облегчаетъ немного пациента и вмѣстѣ съ тѣмъ внушаетъ ему довѣріе къ гипнотизеру, въ обращеніи котораго видны сочувствіе, твердость и рѣшительность. Послѣдній же за это время можетъ болѣе или менѣе изучить своего пациента и обдумать, какъ лучше всего приступить къ леченію. Операторъ рѣшаетъ напр. что пациентъ наврядъ ли будетъ въ состояніи сосредоточить свое вниманіе на какомъ нибудь одномъ предметѣ, поэтому онъ прибѣгаетъ къ старому методу месмеристовъ. съ примѣсю гипнотизма. Объ этомъ процессомъ читатель теперь еще довольно мало знакомъ. Пациента просятъ сѣсть въ кресло, какъ можно удобнѣе, расслабить всѣ мускулы, откинуться назадъ, насколько это позволяютъ ему боли, и думать о снѣ. Какъ только пациентъ усѣлся надлежащимъ образомъ,

операторъ говоритъ твердымъ, рѣшительнымъ голосомъ: „Смотрите на меня“, и въ то же время занимаетъ такое положеніе. что оказывается немного выше пациента, который поэтому принужденъ смотрѣть на него снизу вверхъ. Минуту или двѣ сохраняется молчаніе, а затѣмъ гипнотизеръ начинаетъ производить гипнотическія внушенія, которыя онъ повторяетъ до тѣхъ поръ, пока вѣки пациента не начнутъ опускаться, дрожать, и не закроются совершенно. Операторъ, видя, что его внушенія нока оказываютъ свое дѣйствіе, и зная, что направленные сверху внизъ пассы способствуютъ сну, старается теперь съ помощью ихъ углубить только что вызванное состояніе дремоты. Онъ осторожно кладетъ свои руки на голову пациента, медленно и легко спускаетъ ихъ на лобъ, затѣмъ поглаживаетъ вѣки, слегка нажимаетъ ихъ пальцами, и затѣмъ начинаетъ произносить свою обычную формулу усыпленія: „Вы спите, крѣпко спите“, и т. д.—и пациентъ засыпаетъ. Онъ лежитъ спокойно; дыханіе правильное, но, возможно, немного громче обыкновеннаго; пульсъ замедленъ, а выраженіе лица безмятежно. Теперь можно уже приступить и къ цѣлительнымъ внушеніямъ и удѣлять вниманіе всѣмъ болѣзненнымъ симптомамъ въ порядкѣ ихъ относительной важности.

Вы были очень больны, очень больны, но вы скоро поправитесь, совсѣмъ поправитесь. Вы проснетесь послѣ этого сна здоровѣе, чѣмъ когда либо за эти послѣдніе мѣсяцы. Вамъ дѣлается лучше, дѣлается лучше. Вы проснетесь

гораздо здоровье" и т. д. Произнося эти слова, гипнотизеръ прикасается руками къ различнымъ частямъ тѣла паціента, или очень легко, или наоборотъ. со значительнымъ треніемъ—въ зависимости отъ рода болѣзни. Такъ, напр., нѣжными пассами. въ соприкосновеніи съ тѣдомъ онъ слегка потираетъ виски паціента, ловодя руку до затылка и шеи, внушаетъ паціенту, что тяжесть въ головѣ проходитъ, что онъ не будетъ больше страдать головокруженіемъ и снова повторяетъ: „вамъ теперь лучше; вамъ становится гораздо лучше; вамъ будетъ еще лучше, когда вы проснетесь". Другія же части тѣла, какъ напр. животъ, гипнотизеръ третъ довольно сильно и при этомъ говоритъ паціенту, что его пищевареніе улучшается, что онъ будетъ въ состояніи ѣсть съ удовольствіемъ, что языкъ очистится отъ налета, что весь организмъ сдѣлается „сильнѣе и здоровѣе, сильнѣе и здоровѣе". Вамъ становится лучше; вамъ будетъ гораздо лучше, когда вы проснетесь; вамъ теперь уже лучше", и т. д.

Положивъ одну руку на спинной хребетъ, немного пониже лопатокъ, а другую на область сердца, гипнотизеръ внушаетъ паціенту, что его кровообращеніе улучшается, что руки и ноги согрѣваются, что губы пріобрѣтаютъ здоровую окраску, и что онъ весь начинаетъ выглядѣть лучше. „Вамъ лучше; вамъ гораздо лучше: черезъ нѣсколько дней вы будете чувствовать себя совсѣмъ хорошо: вы замѣтите громадную перемѣну въ себѣ. когда проснетесь". I Или гипнотизеръ кладетъ одну изъ своихъ рукъ на лобъ

паціента, а другую немного ниже затылка, и, слегка сжимая его голову, говорить положительно-твердым тономъ, что желудокъ и сердце начнутъ функционировать правильно, и что нервы его окрѣпнутъ. „Вы не будете такимъ нервнымъ; у васъ не будетъ больше судорогъ; по ночамъ вы будете крѣпче спать, а по утрамъ будете просыпаться свѣжимъ и бодрымъ. Вы чувствуете себя лучше, лучше во всѣхъ отношеніяхъ. Вамъ дѣлается лучше; вы сами чувствуете, какъ вамъ дѣлается лучше. Ваше расположеніе духа будетъ лучше, и со дня на день вы будете становиться сильнѣе, жизнерадостнѣе и здоровѣе“.

Что касается области кишечника, то она осторожно растирается ладонями и массируется легкими нажимами кулаковъ, и одновременно съ этимъ операторъ внушаетъ паціенту, что всѣ боли утихаютъ, и что наступаеиъ общее улучшеніе физической и духовной дѣятельности. „Вы проспите еще минутъ пять“, говоритъ гипнотизеръ, „а когда я проведу надъ вашимъ лицомъ нѣсколько пассовъ снизу вверхъ, вы проснетесь освѣженнымъ, будете чувствовать себя лучше, и въ самомъ непродолжительномъ времени сдѣлаетесь болѣе сильнымъ и счастливымъ человекомъ“.

Замѣтимъ, что въ то время какъ пассы, направленные сверху внизъ и сопровождаемые напряженіемъ ума оператора и его намѣреніемъ вызвать гипнозъ, дѣйствительно вызываютъ и углубляютъ гипнотическое состояніе, пассы снизу вверхъ — съ намѣреніемъ разбудить па-

ціента—выводять его изъ этого состоянія. Это безошибочный методъ. Быстрымъ движеніемъ рукъ кверху, операторъ производитъ струю прохладнаго воздуха и направляетъ ее въ лицо паціенту, который при этомъ просыпается и въ изумленіи осматривается кругомъ. Онъ чувствуетъ себя какъ-то странно и старается собраться съ мыслями. — «О, да, я припоминаю теперь»... — Чувствуете ли вы какую-нибудь боль въ боку?»—«Нѣтъ, я ничего не чувствую». То же самое относительно и другихъ симптомовъ. Паціентъ не чувствуетъ или не замѣчаетъ ихъ. Онъ еще не вполне увѣренъ, что эти результаты будутъ прочны, но онъ радъ и тому, что сдѣлано хорошее начало. Ему дается нѣсколько, подсказываемыхъ здравымъ смысломъ, практическихъ указаній относительно его образа жизни и діэты на нѣкоторое время впредь, а затѣмъ его припашають придти опять на сеансъ чтобы посредствомъ повторныхъ внушеній предотвратить возможность возвращенія болѣзни. И вотъ въ теченіе двухъ—трехъ недѣль, или даже цѣлаго мѣсяца, паціента приводятъ черезъ день въ гипнотическое состояніе, причемъ особое вниманіе удѣляется теперь желудку и внутренностямъ. При каждомъ прикосновеніи руки къ больному мѣсту туда направляются подсознательныя силы ума и нервная энергія паціента, и онъ въ концѣ концовъ выздоравливаетъ. Поистинѣ, новое направленіе сообщается его мыслямъ, новая сила волѣ, новыя цѣли его жизни. Его леченіе закончено; онъ—обновленный чловѣкъ. Жизнь не тяготитъ его болѣе; онъ уже

не надоѣдаетъ своему доктору: онъ больше не вноситъ всюду съ собою атмосферы унынія, сумрака и печали, но является центромъ свѣта и счастья для своей семьи.

Въ консультаціонной комнатѣ паціентъ всегда долженъ встрѣчать полное вниманіе и уваженіе къ себѣ. Что же касается самихъ внушеній, то они должны сопровождаться опредѣленнымъ намѣреніемъ со стороны оператора, и поэтому представляютъ собою могущественную силу, которая увеличивается еще въ десятки разъ въ томъ случаѣ; когда производимыя внушенія не неприятны паціенту и принимаются безъ сопротивленія его субъективнымъ или подсознательнымъ умомъ, являющимся главнымъ факторомъ исцѣленія.

Въ одной изъ своихъ недавнихъ лекцій въ Медицинскомъ Обществѣ Королевскаго Колледжа въ Лондонѣ, dr. Milne Brainvell сказалъ, что хотя не всякаго удается привести въ состояніе глубокаго гипноза, эта послѣдняя стадія не является безусловно необходимой для успѣшнаго примѣненія внушенія. Это совершенно вѣрно. Говоря о косвенномъ внушеніи мы приведемъ одинъ или два случая, изъ которыхъ, будетъ видно, что внушенія могутъ примѣняться съ полнымъ успѣхомъ и безъ всякой попытки вызвать гипнозъ. Но для начинающаго наведеніе гипноза—наиболѣе цѣлесообразно; кромѣ того, въ болыиинствѣ случаевъ, онъ, повидимому, представляется существенно необходимымъ при леченіи истеріи, неврастеніи, дипсоманіи (заіоя), различныхъ видовъ страсти къ

наркотикамъ. а также при «одержимости», половой извращенности у взрослыхъ и при различныхъ дѣтскихъ порокахъ на нервной почвѣ. Мнѣ удавалось излечивать нѣкоторые случаи глубоко вкоренившейся страсти къ наркотикамъ, а также и извращенность нравственного чувства. совершенно не прибѣгая къ гипнозу, а просто лишь давая указанія пациентамъ, какъ имъ самимъ пробудить къ дѣятельности свои собственные подсознательныя силы.

Въ слѣдующей главѣ мы разберемъ еще нѣсколько случаевъ прямого и косвеннаго внушенія, въ дополненіе къ предыдущимъ главамъ, въ которыхъ мы имѣли дѣло только съ методами непосредственнаго внушенія, основаннаго на наведеніи гипноза или полубезсознательнаго состоянія.

Теперь мы коснемся нѣкоторыхъ случаевъ. когда медицинскія средства оказываются безполезными, и когда умъ, и только одинъ умъ, въ состояніи съ успѣхомъ бороться съ болѣзненнымъ состояніемъ души—съ различными видами болѣзненныхъ причудъ и нравственной извращенности. Въ пресѣченіи вредной дѣятельности ума и въ направленіи ея на надлежащій путь и состоитъ сущность всего искусства и практики психотерапіи.

Dr. Kingsbury, выдающійся англійскій врачъ. одинъ изъ небольшой группы медиковъ равной съ нимъ репутаціи, отважившихся примѣнять внушеніе въ качествѣ вспомогательнаго къ медицинскімъ средствамъ, недавно привелъ нѣсколько примѣровъ, иллюстрирующихъ это примененіе.

Вотъ три типичныхъ случая, показывающихъ, чего можно достигнуть въ этомъ направленіи.

Одна женщина испытывала чрезвычайно болѣзненное ощущеніе въ шрамѣ, образовавшемся послѣ глубокаго порѣза нѣсколько лѣтъ тому назадъ. Ее легко удалось загипнотизировать и внушить отсутствіе боли. Въ результатѣ женщина навсегда освободилась отъ своихъ страданій.

Дѣвочка восьми лѣтъ стала, повидимому, „одержимой“. Она сдѣлалась чрезвычайно злой и жестокой, кзвлекая родъ своеобразнаго наслажденія изъ возможности причинить комунибудь физическую боль. Чтобы исправить ее, примѣнялись всевозможныя средства, но ни тѣлесныя наказанія, ни холодные души. ни голодовки, ни лишеніе свободы—ничто не помогало. И одинъ гипнотическій сеансъ произвелъ въ пей поразительную перемѣну. Она сдѣлалась кроткой, любящей и послушной.

Одинъ господинъ, преслѣдуемый несчастіями и понесшій громадныя финансовыя потери, сдѣлался точно помѣшаннымъ и покушался на самоубійство. Его загипнотизировали одинъ разъ—и, по его собственнымъ словамъ, „міръ преобразился, и съ тѣхъ поръ онъ неизмѣнно чувствовалъ себя счастливымъ“.

Существуетъ цѣлый классъ людей, успѣхъ въ жизни которыхъ зависитъ отъ ихъ силы, ума и характера. Таковы, напр., представители свободныхъ профессій, духовенство, адвокаты, врачъ, коммерсанты, учителя и масса другихъ съ занятіями приблизительно въ этомъ жеродѣ.

И вотъ они становятся жертвой той или другой „привычки“ или „страсти“, возможно, что и скрытой отъ глазъ публики, но тѣмъ не менѣе причиняющей не малое горе ихъ семьямъ. а иногда и имъ самимъ. Съ этими привычками нужно бороться какъ можно энергичнѣе, такъ какъ онѣ безусловно разстраиваютъ умственные способности и ослабляютъ силу воли человека, а слѣдовательно, и его вліяніе на общество отъ котораго всегда зависитъ каждый отдѣльный индивидуумъ. Нѣтъ нужды перечислять всѣ эти слабости. Это могутъ быть разныя привычки, страсть къ алкоголю, удовлетворяемая тайкомъ или открыто, и т. п. Привычка мало-по-малу дѣлается непреодолимой страстью—къ пороку, наркотикамъ или пьянству, и въ какой бы формѣ, она ни выразилась, она всегда представляетъ собою родъ потворства самому себѣ, которое, не будучи сдерживаемо въ должныхъ границахъ, неизбежно приводитъ къ гибели: и къ сожалѣнію ее не всегда удается предотвратить, такъ какъ эти мономаніаки дѣйствуютъ очень хитро и осторожно въ дѣлѣ удовлетворенія своихъ инстинктовъ.

Эти несчастныя жертвы, нерѣдко съ кое-какими остатками интеллекта, чувства стыда, какого то голоса со стороны своего подсознательнаго „я“, хотѣли бы остановиться во время, и въ лучшія свои минуты стараются сдѣлать это, но „привычка“ оказывается чрезчуръ сильна. Безпомощные, они лишь замѣчаютъ, что страсть периодически возвращается все съ

большей и большей силой. Сила ихъ сопротивленія все слабѣетъ. Ихъ усовѣщаютъ за нихъ молятся и т. д., но все остается безъ результата. Они достигаютъ той степени извращенности, которая пріобрѣтаетъ силу врожденнаго извращенія. Разобщеніе ихъ съ окружающими, заключеніе въ исправительные дома, медицинскія средств.і— все оказываетъ лишь малое и то временное дѣйствіе.

Но каждый разъ, когда въ этихъ случаяхъ иримиьнялось гипнотическое воздѣйствіе и пациента приводили въ надлежащее состояніе гипноза и дѣлали ему соотвѣтствующія внушенія. то затѣмъ, при небольшой лишь нравственной поддержкѣ своихъ друзей въ его повседневной жизни, пациентъ становился вполне нормальнымъ и здоровымъ.

Когда алкоголикъ въ безсознательномъ гипнотическомъ состояніи даетъ слово не пить, онъ не нарушаетъ его и въ своемъ нормальномъ состояніи, хотя въ это время онъ и не знаетъ, что когда-либо давалъ это слово. Правда, иногда кнужно затратить значительное время и трудъ, чтобы вызвать состояніе гипноза. Что же изъ этого? Попытаться стоять. Время, терпѣніе и расходы—ничто въ сравненіи съ получаемыми результатами.

Все равно, состоитъ ли дурная привычка въ страсти къ наркотикамъ. пьянству или чаепитію; разъ она оказывается непреодолимой, она безусловно вредна и можетъ имѣть только одинъ результатъ. Гипнотизмъ излечиваетъ алкоголизмъ такъ же успѣшно, какъ и всякую

другую вредную привычку; и въ тѣхъ случаяхъ, когда пациентъ болѣе или менѣе интеллигентенъ и дѣйствуетъ заодно съ операторомъ, онъ, безусловно выздоравливаетъ.

Одинъ изъ многихъ примѣровъ извращенности нравственнаго чувства приводитъ dr. Voisin. Изложу его въ сокращенномъ видѣ. 9 іюля 1888 г. къ этому доктору привели къ Salpetriere молодого парня 16 лѣтъ. Послѣдній, несмотря на свою молодость, оказался чрезвычайно порочнымъ и развращеннымъ. Не говоря уже о томъ, что онъ былъ крайне лживъ и лѣнивъ, онъ вель себя до нельзя непристойно и пытался склонить къ своимъ развратнымъ дѣяніямъ всѣхъ, съ кѣмъ только онъ ни приходилъ въ соприкосновеніе. Изъ-за своей порочности и неопишуемаго поведения онъ уже неоднократно былъ исключаемъ изъ различныхъ заведеній, куда его помѣщали въ надеждѣ на исправленіе и излеченіе. Отчетъ д-ра Voisin'a не можетъ быть воспроизведенъ здѣсь полностью; скажемъ только, что на этотъ случай можно смотрѣть, какъ на одинъ изъ наиболѣе безнадежныхъ. У пациента замѣчались извѣстные физическіе недостатки—лѣвый глазъ косилъ внутрь и, кромѣ того, обнаруживалъ помутнѣніе роговой оболочки. Общее состояніе здоровья было, впрочемъ, хорошее. Пациентъ былъ совсѣмъ необразованъ, читаль съ трудомъ, но обладалъ хорошими наблюдательными способностями и памятью. Dr. Voisin рѣшилъ загипнотизировать его, что ему, нако-

\*) Reje de l'Hypnotisme Ноябрь, 1888 г.

нець, и удалось, правда, съ большимъ трудомъ и лишь на третій сеансъ. Пациенту въ гипнотическомъ состояніи было внушено исправиться. Онъ подчинился этому внушенію, и результатомъ этого было значительное улучшение съ самаго же начала. Къ 6 іюля радикально измѣнился весь его характеръ; и на все это понадобилось менѣе четырехъ недѣль. Всѣ преступныя желанія исчезли, и все больше и больше проявлялось стремленіе къ добру. Онъ уже не былъ непослушнымъ по отношенію къ своей матери, жизнь которой онъ отравлялъ своими пороками и развратнымъ поведеніемъ выроodka. Ему теперь доставляло удовольствіе порадовать лишній разъ свою мать и онъ самъ благодарилъ д-ра Voisin'a за громадную перемѣну въ своей жизни. Потомъ онъ видѣлся съ докторомъ 6 октября, спустя шесть недѣль послѣ окончанія сеансовъ, и въ немъ не замѣчалось никакихъ перемѣнъ къ худшему.

Выдающіеся французскіе гипнотизеры парижской и нансійской школы—Voisin, Durarid, Berrillon, Liebault и Bernheim не только сами примѣняли гипнотизмъ. но и усиленно пропагандировали его, какъ превосходное средство для искорененія порочности и при воспитаніи дѣтей. Liebault говоритъ: „Одинъ мальчикъ, неизмѣнно бывший послѣднимъ ученикомъ въ классѣ, послѣ гипнотическаго леченія такъ ревностно принялся за работу, что скоро поднялся въ списокъ своихъ одноклассниковъ на первое мѣсто. Другой мальчикъ, семи лѣтъ отъ роду, тупость котораго граничила съ идиотствомъ,

благодаря внушенію настолько развился умственно, что по истеченіи трехъ мѣсяцевъ былъ въ состояніи читать, писать и примѣнять четыре правила арифметики" \*).

Къ сожалѣнію, въ обществѣ господствуютъ самыя превратныя понятія о гипнотизмѣ. Не одинъ отсталый ребенокъ—нервный, черезчуръ чувствительный, заика и пр.—могъ бы быть вполне вылеченъ въ своемъ впечатлительномъ дѣтскомъ возрастѣ отъ всѣхъ этихъ болѣзней, если бы не невѣжественность и предубѣжденность родителей. Нѣкоторые возражаютъ противъ леченія своихъ дѣтей гипнотизмомъ на томъ основаніи, что они боятся опасности (?) связанной съ этимъ состояніемъ, т. е. что ихъ дѣти сдѣлаются просто автоматами или окажутся жертвами какого-нибудь злоупотребленія. Но нужно замѣтить, что при правильно поставленномъ леченіи пациентовъ, все равно дѣтей или взрослыхъ, у нихъ усиливается не только побужденіе и склонность къ добру, но также и воля въ надлежащемъ направленіи. Кромѣ того, къ гипнотизму вообще не прибѣгаютъ въ тѣхъ случаяхъ, когда такихъ же, или даже лучшихъ результатовъ, можно достигнуть иными путями. Но въ случаяхъ извращенности, ненормальной тупости или чрезмѣрной нервности почти преступно со стороны родителей и опекуновъ пренебрегать гипнотизмомъ, несмотря на очевидность всей пользы, которую онъ можетъ принести.

\* ) Dr. Tuckey .Psycho-Therapeutics", (Психотерапія).

Beruheim осмѣливаетъ предполагаемое посягательство на „свободу воли“ дѣтей, которыхъ внушеніе уже столько разъ во время спасало отъ различныхъ видовъ извращенности и прочихъ моральныхъ дефектовъ, и у которыхъ послѣ леченія замѣчался во всѣхъ отношеніяхъ переходъ къ лучшему. Этотъ фактъ быстрой перемѣны къ лучшему всего нравственнаго облика и характера пациента ясно показываетъ, что примѣненіе гипнотизма къ педагогії совершенно не является иллюзіей. Неужели считать посягательствомъ на свободу дѣйствій ребенка подавленіе его дурныхъ инстинктовъ?"

Какъ иллюстраціи метода искорененія дурныхъ привычекъ, я приведу одинъ или два случая изъ практики д-ра Verillon'a, гипнотизировавшаго въ своей жизни тысячи дѣтей. Ребенокъ подверженъ, напр., нервной привычкѣ грызть ногти. Его усаживаютъ въ кресло, такъ что его руки покоятся на рукахъ кресла. Докторъ беретъ одну изъ рукъ ребенка и, крѣпко придерживая ее своей, говоритъ:

„Попробуй-ка положить руку въ ротъ и грызть ногти. Ты видишь, что не можешь этого сдѣлать. Давленіе, которое я произвожу на руку, представляетъ собою сопротивленіе, котораго ты не въ силахъ преодолеть. Когда у тебя появится вновь желаніе грызть ногти, ты (уедешь испытывать такое же впечатлѣніе, какъ и теперь, и оно будетъ препятствовать исполненію твоего желанія".)

Вышесказанное даетъ въ краткихъ словахъ лгшъ смыслъ и сущность дѣлаемыхъ внушеніи.

Конечно, методы и способы выражения можно варіировать въ зависимости отъ каждаго отдѣльнаго случая.

Возьмемъ теперь случай kleptomаніи въ дѣтскомъ возрастѣ. Такія дѣти крадутъ автоматически и въ дѣйствительности не сознаютъ и не понимаютъ, что дѣлаютъ что-то нехорошее. Спросите ихъ, почему они крадутъ и что заставляетъ ихъ, дѣлать это. Они вамъ отвѣтятъ, что право не знаютъ... они не могутъ не украсть. Такого ребенка сначала гипнотизируютъ, а затѣмъ велятъ подойти къ столу на которомъ лежитъ какая-нибудь монета.

„Ты видишь эту монету; тебѣ хочется положить ее себѣ въ карманъ“.

Ребенокъ прячетъ ее, и тогда докторъ говоритъ:

„Ты сейчасъ положишь эти деньги обратно, откуда ты взялъ ихъ, и впослѣдствіи всегда будешь поступать такъ же. Если ты когда-нибудь уступишь соблазну, то тебѣ будетъ стыдно. что ты совершилъ кражу, и ты будешь горѣть желаніемъ положить предметъ на прежнее мѣсто“.

Такія простыя слова, повторяемые нѣсколько разъ и видоизмѣняемые въ зависимости отъ обстоятельствъ, навсегда уничтожаютъ въ ребенкѣ всякую склонность къ воровству.

Въ этихъ двухъ случаяхъ, какъ и во всѣхъ прочихъ, примѣнялся методъ такъ наз. непосредственнаго внушенія. Пациента сначала приводятъ въ состояніе воспримчивости и сна. а затѣмъ ему даются тѣ или другія наставленія. Эти внушенія пробуждаютъ совѣсть пациента и

принимаются имъ непрекословно и безъ всякаго сопротивленія.

Теперь я опишу въ краткихъ словахъ методъ косвеннаго внушенія. Я воспользуюсь однимъ изъ случаевъ практики д-ра Bernheim'a \*). Приведу его въ сокращеніи:

Во время пребыванія д-ра Bernheim'a въ Парижѣ въ 1895 г. его пригласили къ страдающей неврастеніей молодой замужней дамѣ 25 лѣтъ, матери двоихъ дѣтей. Сама пациентка была крѣпкаго сложенія, но исторія ея семьи была печальна. И отецъ ея и мать страдали тѣмъ же. Симптомы: унылое настроеніе, подавленное состояніе духа, неспособность ни читать ни шить, ни вообще заниматься чѣмъ бы то ни было; она не могла ни на чемъ сосредоточиться: чтеніе совершенно разстраивало ее; она страдала нервной раздражительностью, испытывала боли въ области сердца и въ концахъ пальцевъ; съ трудомъ могла ходить, страдала безсонницей; желудокъ функционировалъ совершенно неправильно—и въ концѣ концовъ она принуждена была слечь и постоянно оставаться въ своей комнатѣ, не будучи въ состояніи ни интересоваться чѣмъ нибудь, ни принимать въ чемъ либо дѣятельное участіе. Ея домашній врачъ, весьма способный человѣкъ, исчерпалъ весь извѣстный списокъ лекарствъ, примѣняемыхъ въ подобныхъ случаяхъ. Ничто не помогало.

Когда dr. Bernheim изслѣдовалъ ее въ январѣ

\*) Prof Richard J. Ebbard „How to Acquire and Strengthen Will-Power". (Какъ приобрести и укрѣпить силу воли).

1895 г., Онъ увидѣлъ, что ея страданія обусловливаются крайнимъ ослабленіемъ нервной системы. Никакихъ органическихъ разстройствъ у нея не замѣчалось. Онъ посовѣтовалъ ей попробовать массажъ и сказалъ, что это избавитъ ее отъ болей и придастъ ей бодрость и энергію.

На Пасху онъ посѣтилъ ее опять. Массажъ не далъ никакихъ результатовъ. Теперь ей стало еще хуже; она беспомощно лежала въ кровати и едва могла ходить. Ее послали въ водолечебное заведеніе, изолировали отъ семьи, знакомыхъ, корреспонденціи и т. п. Все—ни къ чему. Тогда д-ръ Bernheim предложилъ ей переѣхать на время въ Нанси, но не одной, а съ мужемъ, дѣтьми и прислугой. Чтобы убѣдить ее, что она можетъ ходить, „я заставилъ ее встать съ кровати и протисъ вмѣстѣ со мной по комнатѣ. Въ концѣ-концовъ это ей удалось, несмотря на испытываемый страхъ и боль во всѣхъ членахъ. Тогда она и ея родные рѣшили послѣдовать моему совѣту“.

Они наняли виллу въ Нанси, гдѣ теперь и посѣщаль ее Bernheim. Вмѣсто того, чтобы предписать гипнотизацію, онъ просто заставлялъ ее ходить вмѣстѣ съ нимъ по комнатѣ. „Держа ее за руку, я убѣждалъ ее ходить взадъ и впередъ въ продолженіе нѣсколькихъ минутъ. Она продѣлывала это съ большимъ страхомъ, жаловалась на чувство какой-то таявести, на боли въ области сердца, и въ особенности на пронизывающія боли въ подошвахъ. Я увѣрялъ ее, что это все

пройдеть и старался внушить ей бодрость духа и увѣренность въ собственныхъ силахъ".

Время этого упражненія постепенно увеличивалось, начиная съ двухъ—трехъ минутъ въ первый день, до двадцати минутъ во второй и до получаса на третій. Verheim ободрялъ ее продолжать такъ же и далѣе, несмотря на всѣ болевья ощущенія. Черезъ недѣлю она была въ состоянїи пройти двѣ англійскія мили \*) безъ особеннаго напряженія. Боли въ области сердца исчезли въ девять дней, а въ ногахъ въ три недѣли.

Слѣдующая фаза леченія заключалась въ томъ, чтобы принудить ее читать вслухъ. Мысли ея путались и она не понимала того, что читала. Но черезъ три сеанса и это затрудненіе исчезло. Менѣе, чѣмъ черезъ мѣсяць она возвратилась въ Парижъ „будто преобразившейся", здоровой, счастливой, умной женщиной, вполне способной вести свой домъ. Исцѣлившія пациентку внушенія представляли собою вначалѣ лишь небольшія требованія, дѣлались ласковымъ и сочувствующимъ голосомъ и подкрѣплялись активнымъ содѣйствіемъ оператора. Черезъ нѣкоторое время эти внушенія возбудили умственную энергію пациентки и превратились въ могучую цѣлительную силу и дѣятельную самопомощь. Сначала результаты этихъ внушеній слабо выразились въ рѣшеніи ѣхать въ Нанси, затѣмъ болѣе сильно въ подчиненіи послѣдующимъ активнымъ внушеніямъ — до тѣхъ поръ,

\*) Англ. миля = приблиз. 1 1/2 верстамъ.

пока самообладаніе, сосредоточенность ума и здоровье тѣла не стали главными двигателями ея жизни,

Въ заключеніе этой главы я приведу прекрасный примѣръ косвеннаго внушенія, помѣщенный д-ромъ А. Паркегомъ въ декабрьскомъ номерѣ журнала „Новыя Мысли" („New Thought") за 1903 г.

„Меня пригласили однажды вечеромъ къ молодой тридцатидвухлѣтней дамѣ, съ которой случился сильный пароксизмъ астмы. Она страдала этой болѣзью уже пятнадцать лѣтъ. При освидѣтельствovanіи ея впервые діагнозъ установилъ у нея чахотку, но черезъ нѣсколько лѣтъ, послѣ микроскопическаго изслѣдованія мокротъ, былъ измѣненъ въ пользу астмы. Когда я пришелъ къ ней, я узналъ, что она только что возвратилась съ юга, гдѣ провела нѣсколько лѣтъ, не найдя никакого облегченія. Я нашелъ ее въ кровати въ сидячей позѣ подпертой нѣсколькими подушками и совершенно задыхающейся. Губы посинѣли, а руки и ноги были холодны, какъ ледъ. Пароксизмъ продолжался уже нѣсколько часовъ, и цѣлый день она ничего не ѣла. Пациентка могла произнести лишь нѣсколько словъ, и то съ большимъ трудомъ, вслѣдствіе крайняго истощенія и нервной слабости.

«Я тотчасъ же сѣлъ у кровати, взялъ одну изъ рукъ пациентки въ свою и сказала: «Меня позвали сюда облегчить ваши страданія, и я думаю, что вы сможете дышать свободно черезъ нѣсколько минутъ. Я не буду пока предлагать

вамъ никакихъ вопросовъ; все что я ожидаю отъ васъ—это какъ можно внимательнѣе выслушать то, что я вамъ скажу. Закройте глаза. Черезъ нѣсколько минутъ вы испытаете чувство покоя и истомы, а дыханіе сдѣлается полнымъ и глубокимъ. Теперь я начну растирать у васъ грудь, и вамъ сейчасъ же станетъ легче дышать. Говоря это, я немедленно началъ сильно растирать грудь и спину въ области легкихъ и въ это же самое время сталъ внушать, что легкія постепенно очищаются. а дыханіе становится болѣе глубокимъ, что нервность, всѣ страхи и опасенія исчезаютъ, что ее клонить ко сну. что сонъ и питаніе безусловно необходимы ей и что черезъ нѣсколько минутъ она начнетъ дышать достаточно свободно, чтобы быть въ состояніи принять чашку бульона и затѣмъ заснуть.

„Послѣ десяти минутъ растиранія и внушеній по вышеприведенному плану я съ удовольствіемъ могъ замѣтить, что пациентка дышала гораздо свободнѣе и что общая циркуляція крови улучшилась. Тогда я предложилъ ея роднымъ, что, по мѣрѣ того, какъ дыханіе будетъ становиться легче, мы станемъ вынимать у нея подушки изъ за спины, постепенно одну за другой, до тѣхъ поръ, пока больная не окажется лежащей совершенно плашмя на спинѣ. Мы вынули первую подушку и осторожнымъ нажимомъ на плечи заставили пациентку опереться на вторую. Все это время я повторялъ внушенія „свободнаго дыханія“, „сонливости“, „голода“ и пр., и когда пациентка безъ труда могла опе-

реться на вторую подушку, ей дали чашку горячаго бульона съ пряностями. Переждавъ еще нѣсколько минутъ, я началъ вынимать и вторую подушку, и менѣе чѣмъ въ двадцать минутъ достигъ того, что пациентка крѣпко снала, лежа въ нормальномъ положеніи. Она простала два часа; ей опять дали ѣсть, послѣ чего она снова заснула. Въ продолженіе слѣдующихъ двадцати часовъ ее кормили каждые два часа.

"Я посѣщаль пациентку два раза въ день въ теченіе двухъ недѣль, стараясь внушеніемъ устранить запоръ, несвареніе желудка, бессоницу и потерю аппетита. Больная сразу начала поправляться, а всѣ признаки астмы прошли въ первый же вечеръ. Всѣ функціи тѣла улучшились и въ два мѣсяца пациентка прибавилась въ вѣсѣ болѣе, чѣмъ на двадцать фунтовъ. Вотъ уже три года, какъ она не имѣла ни одного приступа астмы,, и я приписываю это полное выздоровленіе устраненію функциональныхъ разстройствъ, которыя прежде не покидали ее всю жизнь".

## З а к л ю ч е н і е .

Едва-ли можно преувеличить значеніе и пользу гипнотизма: онъ излѣчиваетъ нервныя болѣзни, облегчаетъ боли и устраняетъ умственныя разстройства; \* приноситъ благополучіе тамъ, гдѣ только что было несчастье. Меланхолія многихъ годовъ, отягощающая душу, можетъ быть уничтожена; воспоминаніе о несчастьи съ помощью гипноза можетъ быть устранено. Въ рукахъ гипнотизера онъ можетъ замѣнить морфій при утишеніи болей; родовыя боли онъ можетъ облегчать и даже совсѣмъ устранить, такъ что ни одной женщинѣ ихъ не придется бояться. Гипнотизмъ можетъ содѣйствовать дѣятельности ума и вполне развить его хорошія свойства, если даже они долго не проявлялись; лѣнь онъ превращаетъ въ прилежаніе, непослушаніе въ послушаніе, грубость и неблагодарность—въ уваженіе къ мнѣнію другихъ. Онъ излѣчиваетъ такія дурныя привычки, какъ: пьянство, морфинизмъ, кокаинизмъ и пр. Это естественное цѣ-

лебное средство, данное человѣку природой для исправленія нарушенныхъ ея законовъ. Въ заключеніе въ гипнотизмъ данъ человѣку ключъ для изслѣдованія тайнъ человѣческаго духа и даже для познанія жизни за гробомъ. Это только немногіе изъ выгодъ, приносимыхъ гипнотизмомъ. Въ сравненіи съ ними опасность, которую онъ можетъ принести, кажется совсѣмъ небольшою; она, главное заключается въ злоупотребленіи гипнозомъ людьми, не имѣющими понятія о его свойствахъ. Самое лучшее было бы, какъ можно болѣе распространять о немъ свѣдѣнія. Главная опасность гипнотизма заключается въ недостаточномъ знакомствѣ съ нимъ. Когда знаютъ, какъ и почему можетъ быть опасенъ гипнотизмъ, — возможность опасности уже устраняется. Найдутся люди, мотивы которыхъ вполне безупречны, и которые будутъ примѣнять гипнотизмъ только съ благородными, благими цѣлями.

Если ко всему этому прибавить, что душевныя страданія и сердечныя мытарства никакому другому лѣченію не поддаются какъ только гипнотическому, то каждому безпристрастному человѣку становится яснымъ вся благотѣльность этого способа лѣченія.

Слѣдуетъ замѣтить, что все въ жизни, что сколько-нибудь обуславливаетъ вліяніе на другихъ людей не болѣе, какъ гипнозъ. Сильныя

натуры, сильные характеры, богатый даръ слова, красивая внѣшность, порою даже простая элегантность и пластичность движенія, всѣ эти качества способны гипнотически воздѣйствовать на обыкновеннаго внимательнаго человѣка.

Какъ часто женщина или мужчина, не избалованные лаской, или предупредительностью, или вѣжливымъ обращеніемъ, мгновенно поддаются подь своеобразный гипнозъ ласки и предупредительности. Одержимые такимъ гипнозомъ легко его забываютъ. онъ сглаживается изъ ихъ пами, если они на жизненномъ пути не встрѣчаются вновь съ предметомъ, внушившимъ имъ къ себѣ непонятное притяженіе.

Но достаточны повторныя встрѣчи и гипнозъ усиливается до крайняго притяженія.

Намъ извѣстны случаи, когда лица разной національности, взаимно другъ друга непонимающія, на почвѣ ласки и вниманія вдругъ внушали другъ другу одностороннее или взаимно гипнотическое притяженіе—женщину влечетъ къ этому мужчинѣ, съ которымъ съ трудомъ объясняется чуть не мимикой или наоборотъ при такихъ же условіяхъ мужчину къ женщинѣ.

Шарко въ такомъ ненормальномъ явленіи видитъ примѣры эклектическаго гипноза. Такому вліянію подвержены болѣе всего женщины и только молодья отъ 21—25 л., преимущест-

венно малокровныя. Это—видъ невроза нервнаго экстаза, рефлекторное отраженіе душевно-половой вибраціи. Многіе примѣры случайнаго адюльтера при недостаточномъ знакомствѣ съ „предметомъ" внезапнаго тяготѣнія, въ этомъ именно внезапномъ внушеніи эклектическаго свойства находятъ свое объясненіе. Но этотъ недугъ подлежитъ леченію. Вотъ, что Шарко пишетъ по поводу исцѣленія женщинъ.

Въ Парижѣ въ пріемную профессора Шарко однажды ввели чуть ли не насильно молодую жену доцента Сорбонны, очень милую, добрую, но крайне нервную натуру. Она состояла въ бракѣ около пяти лѣтъ и не проявляла никакихъ ненормальностей, ни на почвѣ излишняго раздраженія, какихъ-либо центровъ, ни на почвѣ душевныхъ эмоцій. Однажды на праздникѣ цвѣтовъ, въ Сень-Дени, она познакомилась съ молодымъ венгерцемъ. Онъ не говорилъ по французски, она ни слова не понимала по венгерски.

Они объяснялись на ломаномъ нѣмецкомъ языкѣ. Венгерець былъ молодецъ, но не отличался ни красотой, ни выразительностью, а свой умъ, свои нравственныя качества врядъ ли могъ проявить, не имѣя возможности свободно объясняться даже на третьемъ языкѣ, плохо понимаемомъ женою доцента.

Они были почти одного возраста, но по сво-

ему складу ума, по натурѣ и по внѣшности, мало соотвѣтствовали другъ другу, какъ по разности культуры, степени образованности, такъ и въ смыслѣ основныхъ чертъ, національнаго свойства.

И вдругъ жена доцента искренно созналась мужу, что одержима необъяснимымъ тягошеніемъ къ венгерцу.

Это признаніе было сдѣлано лишь послѣ усиленной борьбы съ самой собой. Внезапно застигнутая во время чтенія письма, она говоритъ мужу все безъ утайки.

Женщина находилась въ какомъ то трансѣ. Она еще не отдавалась венгерцу, но откровенно сознавалась, что имѣть смутное непреодолимое желаніе это сдѣлать. Она рыдала и скорбила душою за мужа, которому причиняла нестерпимыя нравственныя страданія.

Мужъ былъ близокъ къ сумасшествію. Онъ пламенно любилъ ее и утратить жену для него было равносильно смерти.

Клятвы, увѣренія, обѣщанія болѣе не видѣться, не переписываться, вымоленные мужемъ, ничего не помогали. Ее влекло, какъ пьяницу къ вину. Она лихорадочно ожидала новаго и новаго свиданія, новаго письма.

Случаю было угодно на время разъединить эти двѣ пламенные натуры. Онъ уѣхалъ въ

Венгрию и мужъ воспользовался этимъ временемъ, чтобы какъ-нибудь вернуть ея любовь.

Всегда правдивая и открытая, она стала лживой и скрытной съ мужемъ, но въ то же время съ удовольствіемъ рассказывала окружающимъ о новомъ предметѣ, увлекалась во время рассказа и даже не скрывала своихъ къ нему чувствъ.

Шарко обошелся очень ласково съ этой женщиной, увѣрялъ ее, что гипнозъ не болѣе, какъ фильтръ душевныхъ кристалловъ. Если ея привязанность къ венгерцу—не болѣзнь, а любовь, то никакой гипнозъ ничего не измѣнитъ, ни въ какомъ направленіи. Она сознавалась профессору, что ея воображеніе ей рисуетъ днемъ и ночью безумную ласку съ венгерцемъ и она, откровенно говоря, мечтаетъ отдаться ему. Профессоръ спросилъ ее: думаетъ-ли она быть счастливой съ венгерцемъ? Она отрицала. Проф. обѣщаль ей только внушить нормальное состояніе и душевное спокойствіе.

Послѣ перваго же сеанса внушенія безъ усыпленія, она съ радостью заявила мужу, что раздраженіе къ нему немного ослабло, что она охотнѣе принимаетъ его ласки и вообще чувствуетъ себя болѣе спокойной. Послѣ втораго сеанса она, получивъ письмо отъ венгерца, не только его не прятала отъ мужа, но спокойно

передала ему для чтенія. Она радовалась письму, но не приходила въ трансъ и даже не чувствовала уже желанія отвѣчать.

Когда послѣ пяти сеансовъ, наконецъ, пріѣхалъ венгерець, она его приняла любезно и вѣжливо, но настолько сдержанно, что онъ съ разу понялъ всю тщету своихъ домогательствъ и просто напросто пересталъ назначать свиданія. Затѣмъ они часто встрѣчались на бульварахъ Парижа, какъ добрые друзья и только.

Она всей душой благодарила профессора Шарко за это исцѣленіе, къ которому не мѣшаетъ прибѣгать при аналогическихъ случаяхъ очень многіе.

Въ заключеніе еще разъ повторяемъ, что гипнотизмъ цѣненъ для лѣченія душевныхъ и тѣлесныхъ недуговъ, имѣющихъ непосредственное отношеніе съ нашей нервной системой.

Конецъ.

# ОГЛАВЛЕНИЕ.

Введение . . . . .	1
Опытъ въ бодрственномъ состояніи . . . . .	6
Какъ сидѣть . . . . .	7
Какъ укрѣпить вѣру въ себя . . . . .	9
1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, опытовъ гипнотизироваія 1-3 7	
Способы факировъ . . . . .	37
5 степеней сна Льебо . . . . .	40
Выводъ Флауэра . . . . .	42
Гипнотизмъ—сила . . . . .	44
Устное внушеніе . . . . .	49
Месмеризмъ—ГИПНОТИЗМЪ . . . . .	55
Гипнотизмъ въ Индіи . . . . .	61
Какъ стать гипнотизеромъ . . . . .	66
Порабощеніе . . . . .	68
Внѣсознательная часть разума . . . . .	88
Вѣщіе сны и гипнозъ . . . . .	89
Различіе гипноза и естеств. сна . . . . .	93
Передача внушенія во снѣ . . . . .	96
Лѣченіе заиканія . . . . .	98
Смягченіе боли гипнозомъ . . . . .	112
Какъ руководить публичнымъ сеансомъ . . . . .	135
Быстрое внушеніе . . . . .	137

