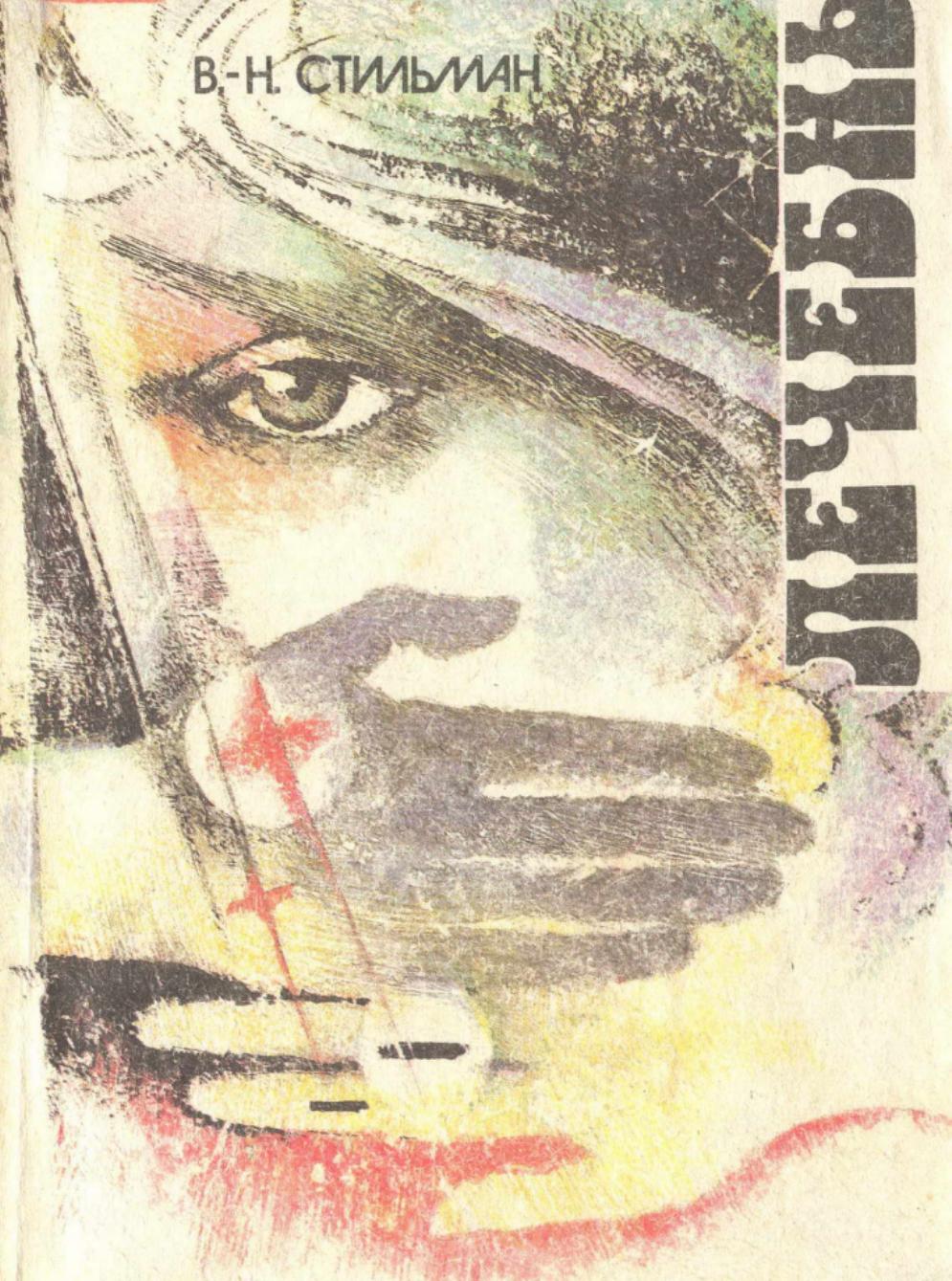


МАГНЕТИЗМ ГИПНОЗИС

В.Н. СТИЛЬМАН



МАГНЕТИЗМ
ГИПНОЗИС

В.-Н. СТИЛЬМАН

**ЛЕЧЕБНЫЙ
МАГНЕТИЗМ
ГИПНОТИЗМ**

Перевод с английского

Москва
«Советский спорт»
1992

ББК 51.1(2)1
С 80

ВВЕДЕНИЕ

ISBN 5—85009—335—4

© Свиридов С. В., 1992. Состав
© Издательство «Советский спорт»,
1992. Оформление, иллюстрации

Лечение магнетизмом представляет собой такой способ лечения, при котором врач передает пациенту жизненную энергию. Целебная сила данного способа заключается не в передаче мысли или внушении, не в напряженном внимании и не в гипнотизме.

Магнетизм и гипноз являются совершенно отдельными науками, поэтому никогда не следует смешивать целебный магнетизм и гипнотическое внушение.

Магнетизм прежде всего производит известное действие на нервный центр; от него целебное влияние распространяется на мозг. Гипноз же, наоборот, сначала действует на мозг и уже после этого переходит на нервы и мышцы.

При гипнотизме безусловно необходимо, чтобы гипnotизируемый отдал свою личность и волю в полное распоряжение другого лица; при лечении же магнетизмом, наоборот, совсем не требуется подчинения воли и сознания пациента, и результаты его тем осозаемее, чем яснее отдает себе пациент отчет в том, что с ним происходит.

При гипнотизме мозг одного человека влияет на мозг другого; при магнетическом же лечении чудеса происходят вследствие передачи энергии от одного тела другому. Гипнотизм исходит из мозга и носит теоретический характер; магнетизм же представляет нечто духовное и имеет практический характер. Благодаря этому лучшими магнетизерами являются священники.

Способность исцелять страдания является духовным даром. Он присущ каждому человеку и дремлет в любом из нас. Способность эту нужно пробудить и развить, ею следует пользоваться, ее необходимо воспитывать.

Некоторые лица развили ее очень незначительно, другие же совершенно оставили ее в пренебрежении. Однако все владеют ею. Во всех имеется зародыш этой способности. Цель настоящего руководства состоит в том, чтобы развить в каждом из посвятивших себя его изучению — независимо от силы и здоровья, слабости и хилости — эту могучую силу, находящуюся пока без употребления и иногда даже неосознаваемую ее владельцем. О дарах Божьих не возвещается трубным звуком. Великие силы природы — безмолвные силы. Сила магнетизма потенциальна. Она безмолвна в действии. Для того, кто не сознает ее существования, она останется безмолвной навсегда. У тех же, кто пользуется ею как средством творить добро, она проявляется во всякое время.

ЛЕЧЕБНЫЙ МАГНЕТИЗМ

Первая часть

Сущность лечения магнетизмом. Уже в очень древние времена, о каких только нам известно по истории, было замечено, что некоторые очень одаренные лица обладали особой силой исцелять болезни и недомогания своих современников посредством возложения на них рук. Теперь, конечно, вы должны признать эти примеры, которые передала нам история, самым убедительным доказательством явлений большой важности. Дело в том, что *каждый человек обладает силой, которую при помощи упражнений можно развить до степени лечения собственных болезней и страданий других лиц, применяя для этого животный магнетизм*. Мне хочется, чтобы вы с минуту поразмыслили об этом и вполне уяснили себе значение этого факта. Факт же этот имеет то значение, что в вас находится, может быть, только зерно этой исцеляющей силы благодаря тому, что вы вследствие недоверия к своим способностям еще ни разу не пытались лечить боль или недомогание кого-нибудь из окружающих вас лиц. Вы привыкли всегда обращаться за помощью к доктору или аптекарю, не подозревая в себе способности устранять те неестественные условия, которым будет посвящено настоящее руководство.

Приобретение силы. Необходимо, однако, обратить внимание на то обстоятельство, что данная сила присуща всем людям. Хотя я вначале и упоминал о некоторых лицах, как наиболее одаренных, но я все же вовсе не думал этим указать, что их природа наделила такой силой, которой лишены мы; совсем нет, но они оценили ее и воспользовались ею, у нас же она осталась неразвитой.

Поляризация. Вы никогда не должны забывать следующей истины: *каждый человек обладает магнетиз-*

мом. Каждый человек привлекает к себе или отталкивает от себя, при этом он не сознает этих действий. Практическое применение лечебного магнетизма заключается в сознательном использовании магнетической силы или, иначе говоря, в распространении на других магнетизма при помощи определенных приемов.

Руки. Ознакомившись со всеми этими положениями, вы должны принять к сведению еще одно: почти у всех людей правая рука считается положительной, а левая отрицательной. В практическом применении лечения тайна успеха главным образом заключается в том, чтобы передать пациенту магнетизм посредством возложения на него правой руки; левая же рука служит лишь для того, чтобы замкнуть ток, который пойдет из вашей правой руки через тело пациента к левой.

Пример. Для лучшего объяснения предыдущего предположим, что вы намереваетесь применить магнетическое лечение для уничтожения страдания у пациента, имеющего ревматизм. Позднее я ознакомлю вас с правильным способом наложения рук при лечении как этой болезни, так и других; сейчас я лишь касаюсь этого предмета с целью яснее и понятнее объяснить вам этот метод. Как мы предположили, ваш пациент страдает ревматизмом; для того чтобы вылечить его, необходимо, чтобы вы приняли твердое решение и обладали твердой волей для отправления в тело больного своей нервной силы. Вы кладете для этого свою правую руку на известное место его тела, и в этот момент ваш магнетизм, пройдя через тело больного, возвращается к вам через вашу левую руку, которая как бы служит для замыкания тока.

Цель употребления рук. Таким образом, вы силой воли при помощи рук вводите свой магнетизм в пациента. Руки являются при магнетическом лечении главным орудием, потому что магнетизм выходит из ладоней рук и кончиков пальцев легче, чем из какой-либо другой части тела. Когда же магнетический ток снова возвращается к вам через вашу левую руку, он уже совсем не тот по количеству и по качеству вследствие того, что часть его ушла на приведение в равновесие нервной системы вашего пациента, взявшего себе некоторую часть вашей энергии, благодаря которой его нервная система восстанавливает свое нарушенное

равновесие. Само собой разумеется, что вы не могли бы пользоваться магнитическим лечением большое число лиц без ущерба для своего здоровья, если бы не умели пополнять потерю магнетической энергии.

Закон передачи. В природе существует особый закон, благодаря которому чем более вы даете, тем более и получаете. Обыкновенный человек, обладающий, даже не сознавая этого, магнетизмом, расходует очень незначительное его количество в своих сношениях с людьми, а потому и сам он получает его очень немного. Магнетизер же, наоборот, тратит громадное количество магнетизма вследствие того, что оказывает облегчение больным, и взамен получает большое количество нервной энергии благодаря ускоренному усвоению пищи и вдыхаемого воздуха в химической лаборатории своего тела. Другими словами, если вы примете твердое решение помогать другим, то тем самым вы так ускорите деятельность собственного организма, что будете получать постоянные притоки силы из неисчерпаемого источника в зависимости от своих потребностей. Эгоист никогда не будет хорошим магнетизером, так как он вследствие недостатка благородных побуждений не может вызвать в своем организме тех колебаний, от которых зависят нервные токи, поэтому вы не должны бояться, что, применяя магнетическое лечение, потеряете так много нервной энергии, что последнее вредно отразится на вашем здоровье, так как, чем больше будет ее требовать, тем сильнее она будет возрастать.

Источник силы. Каждый человеческий организм представляет собой как бы лабораторию для приготовления нервной силы. Пользование магнетическим лечением можно сравнить с операциями кредитного учреждения. Заключающаяся в нас нервная энергия является как бы его капиталом. Предположим, вы имеете значительные деньги в кредитном обществе, из которых только одна сотая часть отдана учреждению из процентов. В конце года вы почти ничего не приобретете и не потеряете. Если же, наоборот, весь ваш капитал отдан из процентов ипущен в оборот, то учреждение нечто приобретет и обогатится соразмерно капиталу и развитию операции. Так же обстоит дело с магнетизером, если он заставляет действовать свою энергию и не заглушает ее внутри себя.

Ценность симпатии. Хотя каждый человек имеет возможность благодаря присущей ему магнетической силе оказывать помощь нуждающимся в ней, все же наилучшие результаты являются лишь тогда, когда между магнетизером и пациентом устанавливается единство мыслей и чувств. Я положительно утверждаю, что ваш пациент для достижения наилучших результатов при магнитическом лечении должен смотреть на вас, как на человека, который может и желает устраниТЬ у него болезнь. Вам вовсе не нужно подробно изучать характерные признаки болезней согласно указаниям современной медицинской науки; мы почти ничего не знаем о свойствах болезней. Нам лишь известно, что каждая болезнь обуславливается расстройством и недостатком гармонии. Мы обыкновенно относимся к своему телу как к разумному механизму, который может испытывать известные расстройства и уничтожать их; подобные расстройства принято называть болезнями. Наше тело представляет собой скелет, покрытый кожей, не распадающийся благодаря силе притяжения и обладающий разумом вследствие деятельности нервов; из этого вытекает, что магнитическое лечение или какой-нибудь другой способ может принести пользу только при участии нервного вещества.

Нервные токи. Нервные токи в теле заключаются внутри и обуславливают мыслительные способности. Поэтому для уничтожения какой-либо болезни вы как магнетизер должны не только пользоваться одной своей нервной силой для устранения страданий, но и от пациента добиться сочувствия своим намерениям и полного согласования его намерений с вашими; благодаря всему этому достигается полное единение воли магнетизера и пациента.

Сила единения. Когда установлено такое единение, пациент очень расположен к вам, верит вам и повинуется, я не могу указать ни одного страдания, ни одной немоты, начиная с обыкновенной головной боли и кончая самым серьезным страданием, которых нельзя было бы вылечить или, по крайней мере, облегчить при помощи применения лечебного магнетизма. Я советую вам несколько раз прочитать эту главу, чтобы вы были способны дать себе ясное понятие о сущности магнитического лечения. Вы должны твердо запомнить, что здоровье всецело зависит от гар-

моничного сочетания нервных токов в теле, которые вполне подчиняются воле человека.

Состав нервов. Магнитическая энергия исходит от нервной системы и распространяется по всей крови и мышцам. Нерв состоит из белого волокнообразного и серого везикулярного вещества. Он содержит в себе жир, альбумин и воду. Вода служит посредником нервной силы; деятельность нервов представляет в высшей степени важный и сложный процесс. Каждый нерв состоит из пучка нервных волокон. Такими связками волокон обладает каждый нервный узел; любая из них может функционировать сама по себе независимо от других. Нервы являются проводниками и служат для передачи впечатления; они действуют разумно, нуждаются в пище и получают ее из крови; они получают и сохраняют электричество; они, как уже говорилось, могут чувствовать и воспринимать впечатления; они дают пищу духу, разуму. Существуют две большие нервные системы — спинное и симпатическое нервное сплетение; обе они отличны друг от друга и независимы, однако находятся в тесной связи друг с другом и время от времени входят друг с другом в сообщение.

Всесторонность магнитического лечения. Лечение магнетизмом основано на деятельности обеих нервных систем и представляет собой единственную разумную науку, которая считает необходимым объединить лечение спинномозговой системы с лечением симпатической системы, образуя посредством рук магнетизера положительно-отрицательный ток. Изучение нервной системы будет для вас еще проще, если вы разделите ее на два вида — двигательную и чувствительную. Двигательные нервы действуют на мускулы, и малейшее их возбуждение вызывает физическое движение. Симпатическая нервная система имеет два узловых ствола, расположенных параллельно с позвоночным столбом. Спинномозговая система состоит из большого мозга, малого мозга и мозжечка, продолговатого и спинного мозга.

Восприятие ощущений нервами. Для того чтобы лучше объяснить вам ощущение нервов, я приведу сейчас превосходное определение д-ра Бабитта из Лос-Анджелеса в Калифорнии, в котором последний больше чем другие исследователи поясняет своим ученикам принципы света и красок, а также более тонких и не-

условимых сил природы. «Предположим, что в колене ощущается сильная боль. Почему это происходит? Прилегающие к коже воспринимающие нервы переносят ваш теплый флюид к ганглиевому узлу заднего спинного нерва, который вследствие этого непосредственно возбуждается благодаря химическому действию нервной клетки. Сила, находящаяся в соединении с хребтом, будет расходиться по действующим нервам во всех направлениях; те же нервы, которые непосредственно находятся в колене в месте появления боли будут действовать совершенно отдельно сообразно естественному давлению продолжительно замыкающегося тока. Но почему боль ощущается именно в этом месте? Причина этого заключается в том, что здесь как бы прекращается движение тока благодаря тому, что на этом месте нечто произошло, прервало круговое движение и задержало на некоторое время приток силы. Но зависит ли ощущение боли от тока, который направляется к спинному мозгу? До некоторой степени да, но известное чувство, которое относительно объясняет причину происхождения боли, безусловно вытекает из любой кости мозговой чаечки под влиянием действия эфирных лучеисходящих флюидов, или чувства слуха, или, наконец, чувства зрения».

Восприимчивость нервов (нервы — сознание). Единственное возражение, которое я могу привести против этого превосходного определения, заключается в том, что боль иногда воспринимается бессознательно, между тем как нервное сплетение соединено с сознанием. Если для выяснения этого воспользоваться новейшими исследованиями, то придется заключить, что нервы сами по себе обладают известным сознанием и мозг является не более как единственным выразителем ощущений организма. Все воспринимается сначала нервами, которые передают свои ощущения мозгу и направляют его внимание на передаваемые ощущения.

Цель животного магнетизма. Обыкновенно боль тотчас же исчезает, как только восстанавливается полная гармония нервов, поэтому вся задача животного магнетизма для устранения боли сводится к тому, чтобы поддержать электрический ток нервной энергии и восстановить нарушенное круговое течение. Мозг, оказываящий влияние на сосудов двигателевые нервы, направляет к воспаленной части новые притоки крови, вызывает красноту и воспаление в этой части. То участие,

которое он проявляет в этом случае, является лихорадочной заботливостью, которая скорее вредит, чем приносит пользу. Вот в этом случае и оказывает помощь благотворное действие магнетизма, который восстанавливает гармонию и благодаря этому уничтожает боль, так как направляет приток крови, приливший к больной части, снова в свои сосуды.

Учение о страданиях. В магнитическом лечении на первое место должен быть поставлен вопрос о боли, поэтому его необходимо исследовать более. Уже хорошо известно, что во многих гипнотических опытах болевые ощущения у загипнотизированного совершенно исчезают. Такое состояние нечувствительности являлось для гипнотизера конечной целью благодаря тому, что нервные нити, связанные с мозговой чаечкой и касающиеся пораженных частей, разъединяются. На основании такого взгляда гипнотизируемый не ощущает никакой боли, если его мозг, так сказать, впадает в сон, ибо в этом случае передача ощущений действующим нервам прерывается.

Когда оператор устраниет у пациента чувствительность, он лишь просто отвлекает его внимание от места нахождения боли и избавляет его от навязчивой помехи мозга, который был уже на пути оказать ее, если бы на ней было сосредоточено все внимание. И так гипнотизм освобождает пациента от бесполезного ощущения боли, которое было вызвано его вниманием. Благодаря этому является возможным производить при помощи гипноза операции; в то же время невольно рождается предположение о другой могущественной жизненной силе, которая находится в подчинении у оператора и содействует достижению лучших интересов субъекта. Сила эта есть животный магнетизм. Она является господствующей над всеми чувствами и, примененная с целью восстановления гармонии в нервной системе, укрепляет нервную систему человека и устраниет ощущение боли. Пациент, получивший в избытке животный магнетизм, становится невосприимчивым к боли, даже если бы его мозг своей деятельностью направлял приток крови к пораженному месту.

Превосходство магнитического лечения. На основании вышеизложенного можно ясно видеть превосходство магнитического лечения. Магнетизер при помощи возложения рук на нервные центры вводит внутрь

пациента приток энергии, который заставляет жизненную силу пациента восстановить гармонию и устраниТЬ боль. Он совершает это при полном знании и сознании со стороны больного. Он не дает пациенту никаких указаний относительно средств, предоставляемых ему самому преодолеть боль при помощи присущей ему жизненной силы. Он помогает избытком своей нервной энергии, которую передает пациенту; при хорошем магнитическом лечении переданная больному магнетическая сила будет оказывать на него благотворное действие продолжительное время.

Вторая часть

Специальные указания для магнетизера. Магнетическая сила лучше всего переходит от врача к пациенту тремя путями: через руки, через глаза и через дыхание. Так как руки имеют в этом случае более важное значение, то я прежде всего коснусь их.

Подготовка рук. До начала лечения всегда нужно мыть свои руки водой с мылом. После этого следует хорошенко вытереть их и начать быстро тереть ладонями одна о другую до тех пор, пока они не нагреются; одновременно с этим нужно сильно желать, чтобы кровь устремилась в артерии кистей рук. Чтобы ускорить появление теплоты в руках, очень полезно после трения рук одна о другую раздвинуть пальцы; затем следует опустить руки по сторонам и начать свободно и сильно раскачивать их, думая о них, как о пустых трубках, по которым ваша нервная сила перейдет в кончики пальцев. Когда вы сделаете свои руки горячими при помощи этих упражнений, хлопните один или два раза рука об руку ладонями и затем снова потрите ладонь о ладонь, прежде чем коснуться тела пациента.

Значение испарения. Трение рук служит для того, чтобы они сделались несколько влажными во время сеанса. Не следует забывать того, что пот, появляющийся на ладонях магнетизера во время лечения больного, является блестящим доказательством, что магнетическая сила уже перешла от магнетизера в тело больного.

Развитие самоуверенности. Перед началом лечения всегда необходимо держать в уме мысль, что вы мо-

жете и желаете помочь своему пациенту. Пока он будет передавать вам симптомы болезни, мысленно твердо и уверенно внушайте самому себе: «Я могу и хочу избавить его от этого страдания. Мне свойственна такая способность, я обладаю ею и могу излечить его. Сила эта принадлежит мне для того, чтобы я употреблял ее на благо. Я могу его вылечить». Повторяйте это несколько раз про себя медленно и уверенно. Результат выразится в укреплении самоуверенности. Никогда не давайте своему пациенту никакого повода сомневаться в успехе лечения. На самом деле, главная тайна успеха при лечении магнетизмом заключается в усвоении спокойной уверенности в своей силе, которую не сломит никакое сомнение и не уничтожит никакое противоречие. В это время вы не должны думать о том, что вы являетесь лжецом (так как только показываете уверенность, а на самом деле не имеете ее). Не волнуйтесь, вы не лжец.

Глубокая вера. Благодаря тому, что дух преобладает над телом, вы в состоянии излечивать все болезни; для этого, как уже говорилось, вы должны развить в себе уверенность, что желаете и можете лечить больного. Такая уверенность вызовет уважение к вашим способностям. Неуверенность совершенно исчезнет в больном, и заменившее ее уважение к вам пробудит в нем доверие к тому, что вы способны излечить его. Все это вызовет в нем такое состояние, в котором он легко воспримет находящуюся в вас магнетическую силу. Итак, ваше собственное поведение имеет большое значение. Никогда не нужно обнаруживать нерешительности и неуверенности.

Умелое поведение. Когда вы выслушаете рассказ больного, сразу приступайте к делу, уверяя пациента, что вы можете его исцелить; если же он обнаружит сильное сомнение, то вы должны выказать полную уверенность в своей силе и отсутствие нерешительности — все это снова вызовет в больном необходимое состояние, при котором он может получить от вас известную пользу. Никогда не слушайтесь и не конфузьтесь опровергий пациента. Дайте ему понять, что вы совсем не имеете нужды вступать с ним в пререкания, что вы вовсе не имеете намерения изменить его мнение своими доказательствами; скажите, что вы способны помочь ему и намереваетесь сделать это; он же, со своей стороны, должен не противодействовать,

а просто быть пассивным по отношению к вам для того, чтобы вам легче было проявить на нем силу, которая устранит у него всякую боль и недомогание. Очень немного встречается таких людей, которые не захотят, наконец, сделаться пассивными в руках человека, который заботится только лишь о том, чтобы устранить их страдания. Я совсем не рекомендую своим ученикам выяснить с пациентом свою теорию о жизненных силах. Наоборот, бывает гораздо легче произвести сильное впечатление, когда пациент придет к заключению, что вы и сами не знаете источника своей силы и являетесь только орудием в руках всемогущего разума. Человеку свойственно уважать то, чего он не понимает, и придавать более значения тому, что пре- восходит его разум.

Значение взгляда. Подобно тому, как руки являются орудием, благодаря которому магнетическая сила направляется в тело, глаза служат средством, при помощи которого усиливается впечатление в уме пациента. Поэтому вы должны развить твердый, упорный взгляд; во время своего разговора с пациентом вам следует постоянно пользоваться «сосредоточенным» взглядом, который, как уже известно, отличается от других употребляемых лечебных систем. При разговоре с пациентом вы должны стараться как можно меньше моргать глазами; при этом не смотрите на своего пациента прямо в упор, а применяйте сосредоточенный сильный взгляд. Вы должны устремить свой взгляд на зрачок левого глаза больного и не позволять ему ни на мгновение останавливаться на другом его глазу или на какой-либо точке между его глаз. Значение такого пристального взгляда, направленного в одну точку, заключается в том, что вы легче передаете свою волевую силу через его левый глаз, чем каким-либо другим путем.

Причина этого. Вышеизложенное можно сравнить с ружейной пулей и рассыпающейся при выстреле дробью. Направляйте свой сосредоточенный взгляд, в котором выражено ваше твердое намерение излечить болезнь, на наиболее восприимчивое место в организме больного — туда, где ваша сила встретит наименьшее сопротивление. Чтобы облегчить вам сосредоточение взгляда на одной точке, рекомендую представить, что вы через зрачок пациента смотрите прямо на его мозг. Такое мысленное представление придаст вашему

взору интенсивность, которая окажет вам существенную помощь. После нескольких упражнений вы найдете (если, конечно, дело вас интересует), что не мигать глазами не представляет труда; при таком образе действий взгляд ваш получит твердость и резкость. Вас не должно смущать, если взгляд вашего пациента будет немного блуждать или уклоняться от ваших глаз, так как ему будет казаться, что ваш взгляд пронизывает его насквозь.

Дыхание. Так как дыхание имеет громадное значение в применении магнетического лечения, то вы должны, безусловно, позаботиться о том, чтобы иметь рот, горло и желудок чистыми и свежими.

Необходимое предостережение. Вы должны избегать употребления возбуждающих средств и табака, так как все это может произвести дурное впечатление на пациента и вследствие этого повредить вашим успехам. Одного неприятного впечатления, например запаха лука, бывает иногда достаточно, чтобы помешать пациенту перейти в состояние первового равновесия, которое вы стараетесь восстановить. От вас ни в коем случае не должно пахнуть ни табаком, ни спиртными напитками; для устранения запаха вы можете пользоваться какими-либо душистыми травами, употребляемыми для полоскания рта, например тмином, лавандой или мяты, — все они обладают приятным запахом и указывают на чистоплотность.

Дыхание в лечении. Позднее мы ознакомимся с другими методами устранения боли, в которых дыхание употребляется с таким же успехом, как и возложение рук, поэтому я советую обратить серьезное внимание на свое дыхание, чтобы не оказать им дурного впечатления на пациента. Вы, конечно, помните, что в Ветхом завете говорится о том, как пророк Илия возвратил своим дыханием жизнь сыну вдовицы; в нем также упоминается о том, что Бог вдохнул в человека жизнь. Да и на самом деле тот воздух, который магнетизер вдыхает посредством легких, представляет собой энергию, необходимую для передачи пациенту магнетической силы.

Тайна воздуха. Уже давно выдающиеся мыслители доказывали, что в воздухе, которым мы дышим, существует могучая сила, более тонкая, чем электричество; не вдаваясь в рассмотрение этого вопроса, я высказываю свое твердое убеждение: сила эта действительно

существует в мире и может быть использована на благо человека, если только последний своей разумной волей введет ее в свой организм для того, чтобы после наделять ею других. Говоря иначе, вы будете способны принять и усвоить эту силу из атмосферы, если только вы уверенно будете стремиться к этому ради укрепления своей магнетической энергии. Тайна усвоения этой силы из атмосферы заключается лишь в том, чтобы привести в полную гармонию свои мысли, свою волю и свое дыхание.

Сохранение энергии. Остается дать посвятившему себя изучению настоящего руководства еще одно указание, которое касается сбережения магнетической энергии при помощи некоторого рода изоляции. Вы заметите, что если ваши ноги влажны, то у вас в течение дня выходит много магнетической энергии, которая бесполезно пропадает. Вследствие этого магнетизер должен позаботиться о том, чтобы его ноги были покрыты сухой теплой материей; если же он положит в свои сапоги или туфли стельки из стеклянной пряжи, то сбережет еще больше магнетической энергии. Ночью он должен спать на кровати, установленной на стеклянных подставках. Может быть, такие указания могут показаться некоторым в высшей степени пустыми и мелочными, но все же посвятивший себя изучению настоящего руководства не должен пренебрегать никаким благоприятным условием, чтобы предохранить себя от бесполезной траты этой важной силы.

Третья часть

Развитие магнетических сил. Если бы вы были охвачены желанием лечить других при помощи магнетизма и при этом не знали, как приобретать энергию быстрее, чем тратите, то результат ваших трудов на пользу других выразился бы в упадке сил. Вы постепенно истощили бы в себе жизненную энергию, не зная способа, как пополнять ее запас. Поэтому для того, чтобы избежать неприятных последствий, вам необходимо приобрести те знания, благодаря которым вы будете способны притягивать к себе громадное количество этой силы, а также сохранять и пополнять имеющийся у вас запас энергии.

Местопребывание силы. Источники этой силы неисчерпаемы. Она содержится в пище, которую мы едим, в воде, которую мы пьем, и преимущественно в воздухе, которым мы дышим. Магнетизер всегда должен как во сне, так и в состоянии бодрствования делать глубокое дыхание. Он всегда ощущает присутствие около себя благодатного невидимого духа, который укрепляет его; с каждым глубоким вдохом он вбирает в себя частицу этой укрепляющей силы — он делает это вполне сознательно, чувствуя благо от единения с духом этой силы. Когда он есть, он делает это с сознанием, что принимает в свое тело пищу, которая увеличивает запас его сил. Когда он ложится спать, он верит, что предает себя благодатльному действию божественной силы, которая восстановит разрушающиеся клеточки в его организме и вдохновит его на новый труд.

Дыхание магнетизера. В продолжение дня вы не обнаружите в его манере дышать почти никакого различия от дыхания обычновенного человека: его вдохания очень медленны и глубоки, и его грудь как бы увеличивается перед вашими глазами; его рот закрыт, он дышит только носом; вы не заметите у него во время дыхания судорожного подергивания в плечах, в мускулах. Когда же он возьмет своей рукой вашу руку, вы сразу почувствуете слабое дрожание, которое ясно показывает, что какая-то сила протекает от него к вам. Он не будет передавать окружающим способ развития своей силы. Упражнения вдохания он производит, уединившись в своем доме; жизнь свою он ведет по точно определенным правилам, благодаря исполнению которых он и сделался обладателем божественной энергии, часть которой он может передать вам.

Упражнения для развития дыхания. Здесь я укажу вам необходимые упражнения для развития дыхания; в течение первой недели их нужно проделывать три раза в день по пятнадцать минут каждый раз. Соблюдайте осторожность, не нарушая моих указаний. Постарайтесь точнее выполнить мои предписания, тогда вы положите основание для своего развития, насколько вы окажетесь способными для этого.

Первая неделя

Каждое утро употребляйте пять минут на подготовку к следующему упражнению. Сосредоточьте свои мысли на великом деле исцеления и на том великом

шаге, который вы совершаете, применяя это лечение. Приведите себя в полную гармонию с божественной эссенцией. Лучшим временем для таких упражнений является время непосредственно после или перед едой: утром, в завтрак, и в обед. Не нужно исполнять упражнений в течение первого месяца поздно вечером. Они сначала оказывают возбуждающее действие, и вследствие этого посвятивший себя изучению не будет в состоянии совладать с притоком новых сил.

После того как вы в течение пяти минут не оставляли мысли о развитии этой силы, то есть сосредоточили на ней свои мысли, расположитесь на диване или постели и ослабьте все мышцы своего тела до такой степени, чтобы не ощущалось ни малейшего физического напряжения, и насколько возможно забудьте о них. Вы совершенно не должны обращать внимания ни на один из членов тела.

Когда вы будете готовы, то есть приведете себя в подобное состояние, расстегните свой костюм, чтобы вам свободнее было дышать, и сделайте долгое глубокое вдохение; ваша брюшная полость при этом расширится, и вследствие этого воздух по причине продолжительности вдохания пройдет под ребра и в грудную клетку. Такое вдохание продолжается восемь секунд; затем вы должны задержать дыхание на восемь секунд, и после этого начните медленно, в течение восьми секунд, выдыхать из себя воздух. Продолжительность каждого вдоха будет равняться 24 секундам. Пользуясь мистическим выражением Востока, вы выполните своим дыханием равносторонний треугольник, каждая сторона которого равняется восьми единицам. При исполнении упражнения вы увидите, что этот первый шаг развития дыхания не так легок, как он читается на бумаге. У вас появится наклонность спешить; вам будет казаться, что необходимо дышать чаще; может быть, вы даже утомитесь и будете дурно себя чувствовать. Если последнее случится, то я прошу вас не прерывать своих упражнений — наоборот, таким признаком нужно радоваться, как указаниям на то, что была большая потребность в развитии хорошего дыхания. После нескольких сеансов все неприятные признаки исчезнут и их заменит обильное, все увеличивающееся чувство силы.

Это первое упражнение необходимо для того, чтобы дать вам то, чем обладают лишь немногие, а имен-

но: управление дыханием и твердое решение овладеть развитием духа. Время для этого упражнения не должно превышать десяти минут; первые пять минут из указанных пятнадцати нужно употребить на подготовление.

Вторая неделя

На второй неделе также нужно упражняться три раза в день по пятнадцать минут каждый раз перед принятием пищи и после принятия. Исполнять эти упражнения вы должны следующим образом.

После пятнадцатичасового приготовления закройте пальцем свою правую ноздрю и сделайте глубокое вдохание, растирая, как и прежде, брюшную полость, ребра и полость груди. Вдохание это вы должны делать через левую ноздрю в течение десяти секунд. После этого вы должны на десять секунд задержать дыхание и, наконец, сделать выдохание через правую ноздрю в течение десяти же секунд. Когда вы убедитесь, что способны, не утомляясь, делать выдохание в течение десяти секунд, тогда вы можете быть вполне уверены, что научились управлять дыханием. Каждое из этих упражнений потребует для полного вдоха, задержки дыхания и выдохания тридцать секунд. Поэтому в течение десяти минут число таких полных вздохов будет равняться двадцати. Вы должны проделывать эти упражнения и сверх указанного времени, если они окажутся слишком трудными для вас. Не переставайте упражняться в исполнении упражнения до тех пор, пока не усовершенствуетесь в нем. После десяти первых вздохов вы должны переменить ноздри для вдохания и выдохания.

Ваши занятия на второй неделе заключаются только в этих упражнениях. Когда вы усовершенствуетесь в них, можете приступить к лечению людей, не более трех лиц в день по тем указаниям, которые я впоследствии вам сообщу. В конце второй недели вы будете ощущать в себе настолько много жизненной силы, что, отдав ее избыток другим, не будете чувствовать утомления.

Третья неделя

Упражнения третьей недели труднее предыдущих, поэтому посвятивший себя изучению настоящего руководства должен отнести к ним с большим вниманием и старанием. Они состоят в попарном дыхании одной и другой ноздрей так же, как и в предыдущем

упражнении, причем каждое вдохание продолжается в течение пятнадцати секунд; задерживать же вдохание следует, как и прежде, в течение десяти секунд, а выдохание должно продолжаться пятнадцать секунд. Наибольшую трудность для вас будет представлять выдохание, продолжающееся пятнадцать секунд. Однако этому вы должны научиться, так как все это безусловно необходимо для вашего развития, которое однозначно может дать вам наилучшую награду.

Четвертая неделя

Упражнения четвертой недели также состоят в дыхании через одну, а потом и другую ноздрю — увеличивается лишь время выдоханий. Каждое вдохание должно теперь продолжаться двадцать секунд; вам следует задержать дыхание на десять секунд, после этого вы должны выдохать захваченный воздух в течение двадцати секунд. Время для упражнения вы можете увеличивать от пятнадцати до тридцати минут вместе с необходимыми для приготовления к упражнению пятью минутами.

Результаты. Вам, пока еще ничего не знающему о развитии тела при помощи дыхания, все это может показаться странным, однако существуют некоторые лица, которые способны сделать одно вдохание, задержать дыхание и сделать выдохание, употребляя на это пять минут. Серьезно относящийся к занятиям ученик уже в конце четвертой недели почтывает особое радостное состояние духа и прилив энергии — результат накопления в организме оживляющей его нервной силы. Место прежней слабости заступает сила. Краска на лице, заменившая прежнюю его бледность, ясно показывает, как ценно для вашего организма получаемое им питание. Взамен истощенности является полнота, глаза начинают светиться духовным светом. Магнетизера легко узнать по глазам: они ясны, проницательны, тверды, но отнюдь не вызывающи. Выражение их обнаруживает мягкость, соединенную с твердостью.

Полное дыхание. По истечении четвертой недели посвятивший себя изучению должен уже постоянно упражняться в глубоких выдоханиях; его мускулы теперь настолько окрепли, что могут уже переносить обыкновенное на них давление. С утра уже, едва только проснется, ему следует начинать делать глубокое дыхание; он теперь не должен соединять с упражнениями каких-либо определенных для них часов; ему сле-

дует сделать своей обязанностью *по крайней мере* хоть один раз в день употребить тридцать минут на упражнение, в то время как он лежит на кровати. Весь ход упражнений состоит теперь в том, чтобы постепенно все увеличивать и увеличивать время, занимаемое выдоханием. Он, если только желает достичь полного развития дыхания, должен делать упражнения, как только явится возможность. При этом ему не следует забывать, что выдохание глубокого вздоха не должно ослаблять процесса выдохания. Все должно подчиняться воле и всегда производиться очень медленно. Продолжительность полного вздоха будет постепенно возрастать, а время задержки дыхания несколько уменьшаться приблизительно в следующей пропорции:

Продолжительность

полного вздоха	Вдохание	Остановка	Выдохание
24 сек	8 сек	8 сек	8 сек
30 »	10 »	10 »	10 »
40 »	15 »	10 »	15 »
50 »	20 »	10 »	20 »
60 »	26 »	8 »	26 »

И так далее, если вы найдете полезным увеличивать продолжительность выдоханий и выдыханий, судя по их действию на вас. Данные цифры основываются на деятельности нормально развитых легких вполне здорового человека. Указанное соотношение может быть изменено сообразно состоянию здоровья того или другого лица.

Ощущение жизненной силы. Когда посвятивший себя целиению основательно изучит все указанное, то у него явится особое ощущение, которое индузы называют «движение духа»; в этом состоянии он хорошо будет чувствовать жизненную энергию, распределенную при помощи нервов и крови по всему телу. Тогда болезнь теряет свою власть над организмом и усталость становится быстро устранимой. Даже голод и жажда подчиняются силе воли — твердость духа противодействует телесным недомоганиям.

Тайна жизни. Тайна, которая одарит человека физическим бессмертием, которая дает телу полное здоровье в течение известных столетий, заключается в настоящем времени в упражнениях с глубоким дыханием и в установлении разумных жизненных правил. Не

следует никогда прекращать своих упражнений по дыханию вследствие какого-либо замечания, вроде следующего например: «А... это — глубокое дыхание». Теперь хорошо известно, какое оно имеет значение и какой может произвести результат. Я рекомендую вам отдавать известное время упражнениям; при этом я прошу вас, пользуясь каждым случаем, развивать способность дыхания. Если вы будете так поступать, то в вашем теле будет собираться больше магнетической силы, чем вы ее расходуете. Избытком ее вы можете воспользоваться для лечения своих близких. Тело же ваше, если оно в достаточной степени обладает этой силой, уже гарантировано от болезней.

Четвертая часть

Применение магнитического лечения. Общее лечение. Прежде всего вы должны уяснить, что принято называть общим лечением, обыкновенно предшествующим специальному лечению различных болезней, о котором упоминается ниже. Не забывайте, что это общее лечение необходимо применять в начале работы с каждым пациентом. Прежде чем приступить к магнитическому лечению, вы должны узнать от пациента о признаках болезни и образе жизни, обращая серьезное внимание на его слова. Затем начните быстро тереть свои руки ладонью о ладонь, чтобы, согласно сказанному ранее, вызвать в них чувство теплоты и вообще нагреть их. Если пациент придет к вам на дом, то вы должны усадить его в кресло; при этом постарайтесь дать ему самое удобное положение, позвольте ему даже откинуться на спинку кресла. Все это необходимо для того, чтобы предоставить ему больший покой, благодаря которому он, перейдя в пассивное состояние, скорее подчинится вашему влиянию.

Напряжение внимания. Во время всех своих сеансов приказывайте пациенту закрывать глаза. Последнее необходимо, во-первых, для того, чтобы не отвлекать его внимания, и, во-вторых, для того, чтобы он не видел ваших действий и благодаря этому не знакомился с методом вашего лечения. Все это ваше собственное дело, и если вы решились посвятить его на пользу человечества, вы не должны посвящать любопытных



Рис. 1. Применение долгих пассов при магнитическом лечении

в суть дела. Поэтому вы должны требовать, чтобы пациент во время сеанса сидел с закрытыми глазами. После этого скажите ему, что вы сейчас, для того чтобы успокоить его нервную систему, будете передавать ему свой магнетизм от головы до ног; после этих слов, в то время как он удобно сидит в кресле с крепко прижатыми к полу ногами и с лежащими на коленях руками, вы начинаете применять долгие пассы.

Долгие пассы. Встаньте прямо перед своим пациентом и сосредоточьте все свое внимание на том действии, которое вы желаете произвести. При этом говорите про себя: «Я хочу избавить этого больного от страданий, я устраниу у него болезнь, я намереваюсь привести в спокойствие его нервную систему. Я надеюсь его присущим мне магнетизмом. Я знаю закон симпатического перенесения силы, и поэтому я обладаю возможностью все это сделать». В то время как

вы про себя думаете это, медленно поднимайте над головой пациента обе руки со сжатыми в кулак пальцами, описывая широкий круг; достигнув высоты лба пациента, разожмите пальцы, немного раздвиньте их и держите без всякого напряжения отдельно друг от друга; после этого медленно проведите руками вниз мимо лба, лица, груди и живота до колен. На каждый из этих медленных плавных пассов вы должны употреблять тридцать секунд. По окончании каждого пасса встряхните руки, как бы сбрасывая болезненное состояние пациента, вновь сожмите пальцы и вновь сведите руки при помощи широкого взмаха над головой пациента. Такие пассы вы должны проделывать в течение пяти минут; в это время ваш пациент безусловно замечает возбуждающее действие вашего магнетизма.

Преимущества предварительного знания. Очень вероятно, что у него при этом ускорится биение сердца, и он будет ощущать некоторую теплоту, вызванную действием вашего магнетизма на циркуляцию крови. Одновременно его возбуждение исчезнет, и можно будет заметить значительное успокоение его нервной системы. Теперь вы должны окончательно успокоить его своими словами, объяснив, что намерены сделать с ним. Он теперь находится в таком состоянии, что очень легко может воспринять магнитическое лечение, содействующее полному восстановлению равновесия его нервной системы. Ваши руки являются единственным средством для передачи животного магнетизма пациенту и всегда употребляются вместе. Вы только никогда не должны забывать, что правая рука — положительная, или отдающая, левая же — отрицательная, или воспринимающая.

Специальное пользование. Сущность магнитического лечения заключается в том, чтобы произвести в теле пациента круговой ток, идущий от точки соприкосновения с телом одной руки до точки соприкосновения другой руки. Ток таким образом проходит через оказывающее ему сопротивление тело пациента и снова возвращается к магнетизеру. Чувство легкого покалывания в левой руке ясно показывает магнетизеру, что ток уже установленся. Тогда он снимает свою левую руку с тела пациента, а правую продолжает держать в том же положении. С этого момента левая рука у него служит лишь средством для возбуждения силы; для этого он время от времени ударяет ее пальцами по

телу или поглаживает его. Впоследствии будут указаны большие подробности для лечения больных в специальных случаях. Все вышеизложенное служит лишь объяснением, как и почему магнетизер имеет успехи в лечении.

Положение рук. Магнетизер направил силу внутрь пациента, замкнув образовавшийся ток. Свою правую руку он для этого положил на солнечное сплетение или на подложечку, а левую на какое-либо место позвоночного столба. Положительную, или правую, руку при магнитическом лечении необходимо всегда класть на голое тело, на подложечку. Никогда не следует отступать от этого, исключая тот случай, когда прикосновение вызывает неприятное ощущение у пациента. Само собой разумеется, магнитическая сила может пройти и через платье, но если желательно немедленное действие, то, безусловно, следует легко и твердо класть ее на голое тело пациента. Менее важно, чтобы левая рука лежала непосредственно на теле пациента, но, конечно, лучше по возможности настолько устра-



Рис. 2. Круговой ток

нять его одежду, чтобы можно было обеими руками прикасаться к его телу. Если, однако, больной другого пола сильно будет стесняться этого и непосредственное прикосновение по этой причине окажется неудобным, то необходимо избегать такого нервного противодействия, влияя на него, хотя и более продолжительное время, обеими руками поверх платья. Если способ лечения будет почему-либо неприятен для пациента, то, конечно, не последует никаких благоприятных результатов.

Второй мозг. Солнечное сплетение представляет собой большой нервный центр, настолько важный по отношению к здоровью пациента и настолько замечательный по своему действию, что его называют брюшным (абдоминальным) мозгом. Что бы ни делала отрицательная рука, положение правой руки магнетизера всегда остается неизменным, она всегда должна лежать на солнечном сплетении. Воспринятая от магнетизера сила лучеобразно расходится по всей нервной системе от головы до ног; оттуда она направляется к левой руке магнетизера, замыкая таким образом круговой ток. Когда магнетизер заметит, что ток замкнулся, что случается через пять, десять, иногда же через одну минуту, он снимает свою левую руку со спинного хребта или с другого места, на котором она находилась, и направляет свою силу внутрь пациента только при помощи одной правой руки.

Направление тока. После нескольких минут ожидания он осторожно касается кончиком среднего пальца левой руки до позвоночного столба. Результат этого выражается в притоке силы к точке соприкосновения и вызывает у пациента приятное покалывание в этом месте, напоминающее слабый электрический ток. Иногда это ощущение бывает настолько слабо, что почти незаметно; при повторении же сеансов оно становится все более и более ощутимым. На некоторое время магнетизер оставляет свой палец на том же месте, после этого постепенно касается им всего спинного хребта, вызывая хотя и слабые, но все же ощущимые токи в теле пациента, который иногда даже чувствует в точках соприкосновения сильный жар. Такое потрягивание пальцами должно продолжаться минут пять; по прошествии их пациент заметит громадное улучшение в состоянии своего организма, обусловленное увеличением энергии в нервах и их разветвлениях.

Продолжительность пользования. Лечение должно продолжаться никак не более десяти минут с того момента, как появился ток; после каждого сеанса магнетизер обязательно должен вымыть руки и тщательно их вытереть. Перед началом же сеанса, как уже говорилось, ему следует всегда наблюдать, чтобы его руки были теплы и несколько влажны. Если руки холодны, то следует похлопать ими, потереть одна о другую, чтобы согреть их, прежде чем класть на тело пациента. Если они сухи, смочите их чуть-чуть водой, чтобы дать возможность магнитической силе легче вытекать через поры.

Образ действия магнетизера. Магнетизер всегда обращается к пациенту с милой улыбкой и приветливым словом. Его речь дает надежду, а прикосновение магнитическим образом облегчает страдание. Его обращение полно достоинства и внушиает доверие. При указанном уже лечении совершенно не обязательно, чтобы левая рука непосредственно касалась тела пациента, хотя последнее лучше и дает более осозаемые результаты; правую же руку обязательно следует класть на само тело. Замкнуть ток левой рукой можно и через одежду. До сих пор не установлены правила относительно положения пациента при магнитическом образе лечения. Точно так же нет возможности указать, следует ли магнетизеру стоять или сидеть. Во всех этих случаях он должен думать лишь об удобствах своего пациента. Особенно хорошо идет лечение, когда больной находится в постели. В иных же случаях наиболее подходящим является сидячее положение.

Предусмотрительность при наблюдениях. Когда магнетизер закончит предварительные приготовления к лечению, ему следует устраниТЬ все опасения своего пациента, указав, что он намеревается с ним делать, и посоветовать ему не пугаться этого метода лечения. Было бы очень полезно, если бы магнетизер снискдал полное доверие пациента. Если пациент ничего не будет иметь против, можно пригласить на сеанс и других лиц; последнее обстоятельство иной раз может сразу успокоить больного, и благодаря этому влияние магнетизера усиливается. Полезное действие магнитического лечения тотчас же выражается в ощущаемой больным теплоте; последняя все более и более увеличивается, распространяется по всему его телу и достигает конечностей; одновременно с этим больной чувствует небо-

льшое нервное покалывание и некоторое дрожание мускулов.

Усиление вибраций. Слабое колебательное движение направляется от правой руки магнетизера; при этом своем движении ток как бы потрясает среду, через которую он проходит. С увеличением практики магнитического лечения подобные движения тока, идущего от правой руки, становятся все заметнее и заметнее, при этом одновременно увеличивается истечение энергии с ладоней и кончиков пальцев. Магнетизер всегда советует больному делать глубокие и медленные вдохивания, чтобы нервная система последнего могла лучше воспринять новую вливающуюся в него силу.

Кризис. Во всех случаях магнитического лечения магнетизер должен обращать особое внимание на явление, известное в медицине под названием «кризис». Кризисы принимались во внимание уже с давних пор. При благоприятном кризисе наступает быстрое улучшение и немедленно восстанавливаются отделения и выделения. Знакомство с проявлениями животного магнетизма ясно показывает, что замедление отделений и выделений является бесспорным признаком внутреннего расстройства, которое обуславливается приостановкой жизненного тока в его круговом движении. Устранив этот перерыв и восстановив движение тока при помощи увеличения нервной энергии, можно вновь привести в действие работу желез, выражющуюся в выделениях и отделениях. По окончании кризиса кожа больного покрывается сильным потом, и вскоре после этого наступает выздоровление.

Сила, направляющая кровь. Магнетизер имеет в виду главным образом нервную систему, так как хорошо знает, что восстанавливающая нервную ткань сила обуславливается нервной энергией тела. Иначе говоря, сила, устраняющая болезнь и укрепляющая тело, заключается в первом флюиде, и до соединения с кровью она действует вполне независимо от последней. Нервная система оказывает влияние прежде всего на питание и на все органические процессы; но не следует видеть в изменениях питания после применения магнитического лечения результат изменения кровеносных сосудов, находящихся вблизи пораженной части, хотя, конечно, последнее оказывает существенную пользу.

Противоречие медицинских наук. Все медицинские науки настоящего времени направлены к тому, чтобы выбрать такие лекарства, которые бы оказывали на организм очищающее, успокаивающее и анестезирующее действие. Всё внимание врача обращено на симптомы; врач предполагает, что возбуждающее действие лекарств приведет организм в такое состояние, благодаря которому последний освободится от болезни. Такой метод лечения не должен бы заслуживатьуважения, если бы в основе его не лежало то обстоятельство, что лекарства даже при самых благоприятных условиях являются лишь вспомогательными средствами для духовной деятельности тела. И действительно, лекарства служат вспомогательными средствами для поднятия духовной деятельности тела. Когда же организм по устранении болезни начинает снова правильно функционировать, тогда врач, опьяненный успехом, что ему удалось найти действительное средство от болезни, совершенно не принимает во внимание, что без духовной деятельности тела каждое лекарство окажется недействительным. Следовательно, прежде всего надо обратить внимание на управляющую силу, силу духа. Будет гораздо полезнее действовать совместно с духовной силой, чем препятствовать ей и возбуждать ее. Ведь это вполне понятно. При известных условиях лекарства оказываются полезны: каломель, например, производит действие на отравление кишок, рабарба влияет на их перистальтику, опий парализует мозг.

Рациональный метод. Прежде всего я должен сказать, что функции тела находятся непосредственно под контролем нервной системы; поэтому самым рациональным методом при лечении какой-либо болезни нужно считать тот, при котором на болезнь действуют при помощи нервов. Любой другой прием будет продолжительным и утомительным. Нормальный жизненный процесс при каком-либо телесном недомогании скорее всего восстанавливается при применении магнитического лечения.

Медицинский метод. Как только клеточную ткань охватит воспаление и на ней образуются затвердения, врач начинает употреблять всевозможные средства для уничтожения этой ненормальности. Приходится, однако, констатировать, что сделать это при помощи лекарств очень трудно. Пользуются электричеством, чтобы при помощи рассасывания пораженных частей

ускорить выздоровление; иногда пользуются сухим воздухом, нагретым до 165° С; в иных случаях употребляют местные наложения пластырей из йода, йодистого калия, йодистого аммония и другие препараты, хотя йодистые соединения часто очень опасны. В результате врач заявляет больному: если воспаление не исчезает, то оно останется навсегда.

Значение магнетизма. Наоборот, магнетизер никогда не приходит к такому заключению и благодаря применению своей магнетической силы всегда способен восстановить гармонию в нервной системе и устранить отжившие образования, которые не могут быть уничтожены врачами с их лекарствами, но устраниются при применении магнетического лечения. К ним относится, например, чрезмерное развитие эпителия в виде бородавок; рак — самая страшная болезнь — является, по-видимому, через перенесение эпителиальных клеток на соединительную ткань; эти клеточки сами по себе владеют способностью увеличения и образуют большие нарывы, против которых врачи прибегают к помощи ножа и операций и тем временно задерживают дальнейшее их разрастание. Почти ежедневно приносится в жертву драгоценная жизнь, несмотря на все усилия врачей. Однако там, где имеет место творческая сила, существует и разум. *Если есть сила, которая вызывает ненормальные нарастания, то, безусловно, должна быть и сила, способная устраниć эти ненормальные образования. Все нарастания зависят от духовного начала.*

Лечение рака. Применение магнетизма при лечении проявления рака и других ненормальных образований содействует устраниćю болезненных форм. Разумное начало, благодаря которому нервная энергия восстанавливает клеточные ткани, остановит развитие нарости и разобьет образования; одновременно жизненная сила быстро уменьшит аномальные отложения в крови, устранив их из тела.

Облегчение страданий. Магнетическое лечение в особенности применимо для облегчения страданий, которые являются неразлучными спутниками болезней. Не существует ни одной боли, в чем бы она ни выражалась, которую было бы нельзя смягчить при помощи магнетического лечения. Все внимание магнетизера должно быть направлено на облегчение страданий при помощи сообщения нервной системе жиз-

ненной силы, которая благодаря своему благодетельному действию сама по себе устранит болезнь. Медицина говорит, что хинин является хорошим средством для понижения температуры при лихорадке, но я до сих пор не знаю ни одного случая из магнетического лечения, когда пульс и температура не уменьшились бы лишь от одного применения магнетизма. Для магнетизера нет необходимости осведомляться о температуре тела больного. Для врача же последнее является необходимым; поэтому при лихорадке, когда для понижения температуры употребляется хинин, антипирин и другие подобные им средства, термометр указывает врачу время приостановки дальнейшего употребления лекарств, чтобы температура не понизилась ниже нормы и это не повлекло бы за собой упадка сил.

Специальные лечения. Теперь я предлагаю вашему вниманию наиболее распространенные болезни, при которых придется применять магнетическое лечение;

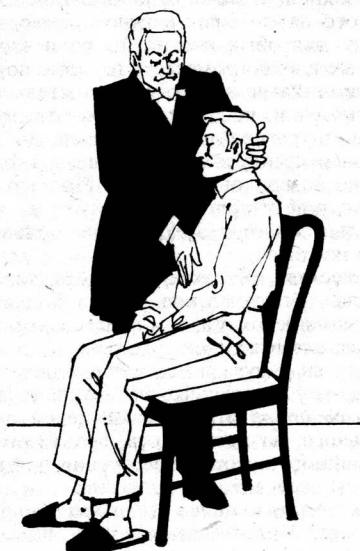


Рис. 3. Лечение головной боли

во всех, однако, случаях вы никогда не должны отступать от указаний, данных в общем обозрении.

Головная боль. Усадите больного, если кровь прилила к его лицу, в кресло. Положите свою положительную (правую) руку на солнечное сплетение, а левую на затылок у основания мозга. Оставьте свои руки в таком положении в течение пяти минут. Если же лицо больного бледно (результат анемии), то уложите его на кровать таким образом, чтобы голова лежала несколько выше его тела. По истечении пяти минут снимите левую руку и кончиками пальцев нежно дотрагивайтесь до черепа. После этого несколько раз медленно проведите пальцами по черепу, чуть-чуть его касаясь, по направлению к задней части головы; дойдя до верхнего позвонка спинного хребта, прекратите движение. Благодаря этому напряжение на черепе уменьшается и взамен увеличивается давление на нервные окончания, от которых зависела боль.

Астма. Затруднение или тяжесть при дыхании обуславливаются хроническими судорогами нервов. Посадите больного на стул как можно прямее, положите правую руку, как обыкновенно, на солнечное сплетение, левую же плотно поместите на позвоночный хребет между лопатками; на пять минут оставьте их в подобном положении, после этого снимите левую руку и тихонько дотрагивайтесь пальцами до спинного хребта, начиная сверху и до самого низа — от шейных позвонков до позвонков поясницы. При этом посоветуйте пациенту не напрягать свои мускулы и дышать нижней частью живота. Судороги по большей части немедленно исчезают.

Грипп, простуда. Характерными признаками этой болезни являются утомление, общая подавленность, сопровождаемая недомоганием и выделением большого количества слизи из носа.

Положительная рука на солнечном сплетении, отрицательная — у корня носа, на лбу, в течение пяти минут. Потом проводят пальцами левой руки через голову больного, начиная с носа, вплоть до шейного позвонка спинного хребта. Инструкция для пациента: сильное и глубокое дыхание животом.

Озоб, перемежающийся и возвращающийся как при лихорадке. Положительная рука на солнечном сплетении, отрицательная же — у основания мозга; в таком положении она остается неподвижной в тече-

ние десяти минут. Больному следует рекомендовать делать глубокое дыхание.

Лихорадка. Если уже начинается бред, то положительную руку следует поместить на солнечное сплетение, отрицательную же оставить на пять минут у основания головного мозга. По прошествии пяти минут нужно начать слегка поглаживать, а не просто потрягивать позвоночный столб левой рукой сверху донизу, пользуясь для этого кончиками пальцев до окончания бреда. Если же бреда нет, поместите положительную руку на солнечное сплетение, а отрицательную — на основание головного мозга; при этом попросите больного делать дыхание животом (его нужно производить медленно и глубоко, употребляя восемь секунд на вдох — и столько же на выдохание). Левую руку вы все время держите в одном и том же положении. Если появится кризис, выражющийся в появлении пота и наступлении сна, значит, лихорадка исчезла.

Ревматизм. Воспаленное состояние клеточных тканей (боль происходит вследствие давления на нервные волокна) обуславливается накоплением в тканях посторонних веществ. Положительная рука на солнечном сплетении, отрицательная — на месте ощущения боли. Больному следует делать глубокие вдохи.

Ломота в бедрах. Воспаление самой нервной субстанции. Лечение то же самое, что и при ревматизме.

Нервное переутомление и неврастения. Возбужденное состояние мозговой субстанции и нервов, вызванное недостатком питания и душевными волнениями. Правая рука на солнечном сплетении, левая — на основании головного мозга.

Алкоголизм, морфинизм и кокцинизм. Лечение производится два раза в день в течение целого месяца. В подобных случаях необходимо очень тщательное наблюдение. В них выражается истощение мозга и нервной системы. Лечение состоит в потрягивании пальцами левой руки позвоночного столба. Следует рекомендовать глубокие вдохи и правильные упражнения в сокращении мускулов.

Ломота головных покровов, катар желудка, катар почек, катар мочевого пузыря. Воспаленное состояние слизистых оболочек. Правая рука на солнечном сплетении, левая — на воспаленной части. Лечение требует глубоких вдохов и физических упражнений. Катар всегда обуславливается неправильным питанием.

Хронический запор. Состояние недостаточных перистальтических сокращений кишок и привычное сокращение залипающих мускулов в заднем проходе. Позитивная рука на солнечном сплетении, отрицательная — на основании черепа. Следует принимать небольшими глотками холодную воду; одновременно необходимо делать глубокие вдыхания и физические упражнения. Это самое обыкновенное заболевание, и его следует вылечить прежде других болезней.

Диспепсия. Раздраженное состояние питательных органов. Положительная рука на солнечном сплетении, отрицательная — на основании черепа. Следует посоветовать больному чаще пить воды.

Паралич. Если поражена левая сторона, то страдает правое полушарие мозга, и наоборот. При лечении правая рука лежит на солнечном сплетении, левая — на пораженной части тела; при этом боковой стороной левой руки следует постукивать по воспаленной части. Когда паралич является полным, то есть когда поражены обе части тела, для лечения нужно положить правую руку на солнечное сплетение, левую же — на позвоночный столб, водя при этом ею по позвоночнику сверху вниз для получения в нем токов.

Апоплексия. Усиленный приток крови к голове, что влечет за собой утрату сознания, а часто и паралич. Больного следует посадить на стул. Правую руку нужно положить на солнечное сплетение, а левую — на основание черепа.

Брайтова болезнь. Раздражение почек, до настоящего времени не вполне излечиваемое врачами. При лечении необходимы вдыхания и магнетизм. Правая рука на солнечном сплетении, левая же — на области почек.

Водянка. Причиной этой болезни являются водянистые отложения на тканях. При лечении положительную руку кладут на солнечное сплетение, отрицательную же — на основание головного мозга. При этом рекомендуются глубокие вдыхания. Изучение лечения при различных заболеваниях безгранично, поэтому вам следует иметь хорошее руководство и основные принципы магнитического лечения, чтобы вы были способны излечивать каждую болезнь. Никогда не забывайте, что соблюдение указаний о дыхании очень важно, поэтому внушиите это больному. Магнитическое лечение может восстановить здоровье больного лишь при вашем обоюдном содействии. Не-

достаточно еще излечить больного, следует окончательно устранить возможность возврата болезни. В этом отношении лечебный магнетизм наиболее удовлетворяет нужды человека.

Магнетизация посредством дыхания. Вам уже в первых главах настоящего руководства было указано, что магнитическая энергия может быть передана при помощи дыхания; теперь еще остается сказать, как нужно применять эти дыхания при пользовании теплым воздухом.

Горячий воздух. Воздух при магнетизации применяется или горячим, или холодным. При применении теплого воздуха на место нахождения боли накладывается фланель или что-либо ей подобное; магнетизер приближает свой рот к материи, пропускает через нее свое теплое дыхание и нагревает эту часть. Такое дыхание следует делать в течение нескольких минут; по истечении известного времени все страдания, подобные ревматизму, невралгии, быстро ослабевают и окончательно проходят.

Существует еще один метод, при помощи которого возможно излечивать все роды хронических запоров.

Директивы. На живот больного, на место солнечного сплетения, положите небольшой величины кусок фланели. Теперь склонитесь над больным, положите свою левую руку на позвонки поясницы; большой ложится на эту руку, и вы легко нажимаете ею на позвоночный столб. После этого приблизьте свой рот к куску фланели и дышите через фланель на тело, делая вдыхания через нос. Результат обнаруживается тотчас, производя перистальтическое состояние в больном; благодаря этому методу легко уничтожаются хронические запоры.

Холодный воздух. Холодное дыхание производит совершенно иные действия; оно заключается в том, что дуют на больного на расстоянии нескольких дюймов от него для успокоения его нервов и мозга. Холодное дыхание очень полезно, потому что при его помощи уничтожается вялость и первы пациента возбуждаются к усиленной деятельности. Оно не имеет особенного значения и ценности в деле лечения и уничтожения болей; а является лишь хорошим вспомогательным средством, применяемым в конце лечения для того, чтобы вызвать в пациенте полную деятельность чувств.

Предмет магнетизирования. В обширной практике магнетизера сплошь и рядом встречаются такие случаи, что ему приходится лечить больных, живущих от него на большом расстоянии; в подобных случаях он пользуется письменным лечением: больные получают от магнетизера различные намагнетизированные предметы и накладывают их на пораженные места, благодаря чему уничтожаются даже хронические болезненные недомогания. Ввиду вышеизложенного вы должны уметь магнетизировать предметы для того, чтобы придать им целебные свойства для пользования далеко живущих больных.

Пропускная бумага. Наиболее удобным и легко сохраниющим магнитическую силу предметом при передаче ее на расстоянии является промокательная бумага; приготовляя ее для магнетизирования следует таким образом: берут кусок совершенно новой промокательной бумаги величиной с обыкновенный конверт и слегка спрыскивают его с обеих сторон несколькими каплями воды. После этого вы должны сильно потереть свои руки одна о другую, и когда они сделаются горячими, вам следует встряхнуть ими и ударить несколько раз одна о другую; теперь поместите приготовленную бумагу между ладонями и подержите ее в таком положении две минуты, сосредоточив всю свою мысль на том, что присущая вам сила должна перейти в бумагу и сохраняться в ней, оказывая благотворное действие на больного. То же самое проделывается с другим куском промокательной бумаги того же размера. Затем положите куски промокательной бумаги один на другой и оставьте их минуты на две между ладонями; после всего этого заверните их вместе, не снимая одного с другого, в чистую бумагу и пошлите больному, дав подробные указания к употреблению. При лечении застарелых страданий необходимо накладывать оба куска намагнетизированной бумаги на воспаленные места.

Случайные воспаления. Если намереваются лечить раны и нарывы, то необходимо употреблять для этого кусок полотна. Его накладывают на большое место, а поверх кладут промокательную бумагу. Было бы лучше, если бы никто не дотрагивался до промокательной бумаги ранее больного, чтобы не уменьшилась заключающаяся в ней сила магнетизма. Магнетизировать можно почти все предметы, начиная с кольца

и кончая сырым картофелем; все предметы обладают свойством воспринимать целебные свойства, но самым лучшим предметом для этой цели является промокательная бумага.

Магнетизирование стакана с водой. Во многих случаях больные скорее получают облегчение, когда они воспринимают магнетизм в жидкой форме; особенно это помогает при лихорадке и хроническом ревматизме; для этого применяют магнетизированную воду или еще какой-либо подобный предмет. Возьмите стакан и наполните его холодной водой. Поместите стакан на свою левую руку. Направьте кончики пальцев правой руки вместе с большим пальцем на поверхность воды, но не прикасайтесь к ней. Теперь направьте все свое внимание на стакан с водой. Ваша первая энергия через кончики пальцев перейдет в воду, и через пять минут вода намагнетизируется. Таким же образом



Рис. 4. Магнетизирование стакана с водой

магнетизируется большой сосуд с водой. Большой должен принимать ее по винному стакану через каждые тридцать минут в течение первого дня; то же количество через час; в следующие дни он может принимать по винному стакану три раза в день. С магнетизированной водой можно произвести следующий интересный опыт. Больному дают два стакана с водой, из которых только один намагнетизирован, и просят его указать различия между ними. Магнетизированная вода обладает легким металлическим вкусом.

Магнетизер-исцелитель. Если вы пожелали сделать целебный магнетизм своей профессией, то вам обязательно следует точно придерживаться следующих указаний.

Вы не должны выражать беспокойства. Вы должны выработать мягкие, располагающие к себе, полные достоинства и возбуждающие доверие манеры. Вы не должны допускать шутливости и фамильярности в своем обращении с больным. В то же время не следует быть пасмурным и высокомерным.

Вы не должны пренебрегать своим платьем. Вам не следует назначать низкой платы. Наоборот, она должна быть достаточно высока.

Вы не должны медлить в оказании помощи больным; если найдете возможным, оказывайте бесплатную помощь — последнее принесет вам известность.

Вы не должны просить с больного такую сумму, которую ему трудно было бы заплатить.

Если лечение по каким-либо причинам оказалось неудачным, то вам отнюдь не следует требовать более чем за утраченное время.

Нельзя приступать к лечению при внезапном наступлении критического случая. Соглашайтесь на лечение лишь тогда, когда вас будут принуждать к этому или сам больной будет очень желать этого. По существующим законам, докторам можно вполне безнаказанно отправлять больных на тот свет, но если больной умирает в то время, когда его пользует магнетизер, то со стороны врачей поднимается целая буря. По тем же основаниям вы не должны лечить заразных болезней.

Вообще, не следует заниматься практикой, если вы не имеете хорошего, светлого и чистого помещения или даже комнаты для своего лечения.

Никогда не начинайте споров и теоретических рас-

суждений; относитесь к ним спокойно и индифферентно; если что-либо подобное произойдет, вы должны указать, что за это время назначаете такую-то цену.

Вы не должны находиться в дурном обществе и пренебрегать теми требованиями, которые налагаются на вас общественные правила.

Пятая часть

Лечение на расстоянии. В течение своей долгой жизни, посвященной изучению науки, которая известна нам под именем «сила мысли», у меня часто представлялась возможность доказать, что можно не только переносить целевые мысли — основание жизненной энергии — на отдаленные расстояния, но также и научить других тайне этой силы, если последние будут следовать данным указаниям. Конечно, я хорошо знаю, что многие из тех, которые ознакомились с настоящим руководством, будут думать, что не существует никакой другой силы, действующей на расстоянии при магнетическом лечении, кроме силы воображения больного или его силы напряженного ожидания. Я не намерен оспаривать ни силы воображения, ни внимания, но я допускаю, что вместе с ними действует еще и другая сила, которую я считаю гораздо выше силы, именуемой внушением, воображением или вниманием, и которую можно передавать подобно телеграфным известиям.

Сила мысли. Я считаю, что мысль представляет собой энергию; она способна к деятельности, переносима, обладает в самой себе способностью изменяться в добро или зло; я уверен также, что способен при помощи своей мысли причинять вред и устранивать болезни. Если бы я принял в расчет те случаи из своей практики, которые можно отнести к силе воображения, напряженного внимания или простого внушения, то все же останется очень много случаев, которые нельзя объяснить подобными гипотезами. Единственное возможное объяснение этих излечений заключается в передаче целевой мысли, способной действовать каким-то образом на расстоянии; причина этого нам пока неизвестна. Я совершенно не намерен выяснять, что следует понимать под словом «мысль»; если бы мы

точно узнали это, то были бы способны легко объяснить тайну творения. Я не думаю, что человек когда-нибудь узнает сущность мысли.

Цель данной главы. Я лишь намереваюсь указать, как вы можете пользоваться перенесением мысли на благо себе и другим. Если вы ознакомитесь с этим, будете знать, как это делать, и уметь до своему желанию пользоваться этой силой, то уже не будете иметь необходимости заботиться о сущности мысли и об анализе энергии. Для вас будет вполне достаточно сознавать, что перенесение мысли является очень простым делом. По моему мнению, вы найдете все это слишком простым. Я думаю даже, что благодаря такой простоте на всем этом и не останавливалось внимание людей.

Значение добной воли. Главными условиями для успешного перенесения мысли являются мотив, намерение, добрая цель, желание исцелить больного, помочь ему, облегчить его страдания. Наличность такого желания заключает в себе полное сознание силы выполнить то, что предпринято. Вы оказываетесь способным перенести свою мысль, потому что хотите ее перенести и ваше желание является хорошим желанием. В царстве мысли вы, являясь или слабой женщиной, или лицом, исполненным силы и энергии, одинаково сильны. В физическом отношении вы, может быть, и не сильны, но, повторяю, в мыслях вы становите сильны, как если бы были физически вполне здоровы и крепки.

Приобретение самоуверенности. Никогда не следует забывать, что не должно относиться с недоверием к своим силам. Вы не должны допускать мысли о своей слабости или болезни и думать, что вы окажетесь неспособными сделать что-нибудь хорошее. Совершенно наоборот. Многие из знаменитых магнетизеров совсем не обладали физической крепостью, но они и все мои ученики (у меня имеются доказательства), наделяя своей силой других, увеличивали тем самым свою собственную силу. В то время как они посыпали целые потоки подкрепляющих здоровых мыслей на своих больных, своих друзей и даже на своих врагов, они беспрестанно получали как бы в возвратном токе новое здоровье, новую надежду и мужество для новой деятельности.

Закон жизни. Философия этого метода является в высшей степени простой. Она всецело подтверждает учение Иисуса Христа. Она подобна милостины, за которую сторицей воздается дающему. Некоторые при этом не только начинают физически развиваться и ощущать восстановление здоровья, но и совершенствоваться духовно. Развитие духа под влиянием действия этого закона особенно отражается на тех, которые в мыслях отдаются следованию этого благородного дела.

Естественная помощь. Мы не должны при лечении своих пациентов пренебрегать полезными вспомогательными средствами для достижения физического здоровья; такие средства представляют собой прекрасно устроенные санатории нашего времени. Если мы, подобно нашим великим мыслителям, будем рассматривать врачебную помощь настоящего времени в виде ряда опытов с неизвестным заранее исходом, то мы придем к убеждению, что не следует презрительно относиться к тем отделам медицины, которые посвящены гигиене, диете, массажу, электричеству, водолечению и указывают, как нужно употреблять простые средства, предоставляемые нам природой. С их помощью мы легко можем восстановить свое здоровье, не подвергаясь действию опасных медикаментов. Одним из самых важных вспомогательных средств для восстановления здоровья является дыхание (при правильном, конечно, его применении). Мне бы очень хотелось, чтобы врачи ознакомили своих пациентов с глубоким значением дыхания при умелом пользовании легкими. В Библии встречается слово «дух», которое означает то же самое, что и греческое «ρεπτη» — «дыхание». Важность дыхания почти совсем не объясняется детям; если бы дело обстояло иначе, то давно бы исчезло даже воспоминание о туберкулезе легких. Подходящие упражнения для легких могут предупредить развитие этой страшной болезни, поэтому не нужно удивляться, что я считаю этот предмет наиболее важным и в настоящем своем руководстве даю подробные указания для того, чтобы вы поняли, как следует лечить больного при помощи дыхания. Мои советы окажутся полезными не только вам лично, но и всем другим.

Дыхание для здоровья. Для того чтобы вы могли оказать больному существенную пользу на основании

настоящего курса магнитического лечения, вы должны обратить серьезное внимание на три следующих пункта. Первое условие заключается в способе дыхания; второе состоит в употреблении достаточного количества холодной воды (следует пить ее как можно чаще небольшими дозами), благодаря этому увеличивается количество крови; третье заключается в форме упражнений дыхания для всякого человека — как здорового, так и больного, как молодого, так и старого. Большинство людей пользуется коротким дыханием для снабжения легких кислородом, благодаря этому они не могут извлечь пользы из своей работы. Им, конечно, никогда не приходило в голову хотя бы раз в день сделать глубокое вдохание и выдохание. Они никогда не делают таких глубоких вдоханий, при которых легкие были бы вынуждены расширяться до предела, и никогда не делают таких полных выдоханий, при которых легким пришлось бы сократиться до минимума. Не нужно забывать, что выдохание имеет такое же значение по отношению к здоровью, как и вдохание, так как оно удаляет из организма вредную углекислоту.

Манера дыхания. Дыхание следует начинать животом, а не грудью. Когда человек начинает дыхание животом и после этого передает воздух в грудь, то он принимает в себя столько воздуха, сколько может вместить его тело. Конечно, к этому следует привыкнуть постепенно, не делая никаких судорожных мускульных напряжений. Каждое утро нужно проделывать по десять подобных упражнений, их нужно развивать и продолжать постепенно. Проснувшись же ночью тоже обязательно нужно продолжать эти выдохания, никогда не забывая о том, что подобное упражнение в течение получаса приносит такое же спокойствие и довольство, как и самый глубокий сон. При таком дыхании человек доставляет своему организму достаточно количество кислорода для устранения всех посторонних веществ; результатом таких дыханий является повышение температуры тела.

Быстрые внушения. При расширении легких нужно произносить про себя при каждом вдохании: «Я беру в себя целебную силу и становлюсь крепким и здоровым». При выдохании же нужно говорить: «Теперь я освобождаю себя от недомогания, слабости и страдания». Эти формулы следует выучить наизусть, чтобы

произносить их днем и ночью. Каждый раз, выходя на улицу, следует делать десять вдоханий и выдоханий; дышать при этом следует через нос. После нескольких дней упражнений кровь начинает двигаться быстрее, сердце станет биться сильнее и равномернее; благодаря лучшей циркуляции крови улучшается здоровье и появляется чувство довольства. Благодаря такому способу дыхания устраивается возможность простуды.

Увеличение грудной клетки. Вы будете сильно удивлены тому, как сильно расширится грудная клетка вследствие этих упражнений; при страданиях от дурного пищеварения и при боли желудка дыхание животом оказывает на здоровье такое же благотворное действие, как и массаж, и даже в самых упорных случаях его бывает вполне достаточно для полного восстановления здоровья. Кислород является прекрасным растворителем. Он особенно полезен при ревматизме. Он сжигает и уничтожает находящиеся в теле ненужные отложения, именно он выделяет из крови неполные выделения использованных веществ.

Питье воды. Перейдем теперь к питью воды. Употребление воды столь же важно для здоровья, как и дыхание. Каждый человек должен выпивать ежедневно не менее трех бутылок воды или какой-либо другой жидкости.

Невралгия, головная боль и многие другие страдания различных родов и степеней обусловливаются недостатком в организме жидкости, потребной для его отправлений.

Когда нервы не получают в достаточном количестве необходимой для них пищи, они испытывают боль. Если кровь недостаточно снабжена жидкостью, то приток ее к нервам замедляется; последнее причиняет им страдание. Сначала больной кажется слегка анемичным, но с годами недомогание увеличивается и скоро переходит в очень серьезную болезнь.

Воду следует пить без льда, малыми дозами, в размере приблизительно чайной или столовой ложки, делая небольшие промежутки. Различного рода напитки, как-то: чай, кофе, какао, шоколад и т. д. (исключая, конечно, спиртные напитки) — также полезны; однако чистая вода является наилучшим средством. Результат правильного введения в организм жидкости выразится в улучшении цвета лица, в увеличении веса тела, в очищении крови и вообще в укрепле-

нии организма. Сначала такой способ питья воды малыми дозами может показаться вам неудобным, но с течением времени вы к нему привыкнете. Хороший сон, хорошее дыхание, усиление сердечной деятельности тотчас появятся у вас при точном соблюдении данных мною указаний.

Осторожность. Вы никогда не должны пить более подустакана воды за раз. После небольшого глотка воды, равного ложке или рюмке, вы обязательно должны дать себе небольшой покой, чтобы результат был благотворнее. Никогда не следует назначать для питья воды определенные моменты, нужно всегда, даже ночью, если представится случай, сделать один-два глотка воды. Благотворное действие питья воды можно видеть на животных, которые пьют сообразно их потребности.

Новая система упражнений. Теперь я хочу рекомендовать вам следующие упражнения, которые оказывают благотворное действие на здоровье. Упражнения эти заключаются в сокращении и ослаблении мускулов.

Идеальная форма упражнений, которую я вам рекомендую, может быть выполняема без всякого утомления даже больным человеком.

Напряжение. Если вы когда-нибудь наблюдали, как потягивается кошка, то вы, конечно, точно поймете, что я хочу выразить словами «приятное упражнение». Я не заставлю вас делать длинные прогулки и упражнения с тяжестями, которые могут вас утомить. Вы должны лишь сокращать и ослаблять мускулы всего своего тела, начиная с рук и кончая ногами. Существенная выгода такого упражнения заключается в том, что вы можете выполнять его как в постели, так и стоя. Оно является средством для укрепления здоровья как больного, так и здорового человека.

Первое упражнение по пробуждению. Первое упражнение по утрам, когда вы выполняете упражнения для развития дыхания, заключается в том, что вы находясь еще в постели, закидываете свои руки назад, схватываете ими изголовье кровати и вытягиваете руки и плечи для того, чтобы сердце ровно билось в время дыхания; вы заметите, что настоящее упражнение оказывает благотворное действие на пульс и усиливает кровообращение; затем напрягите на некоторое время мускулы рук и снова ослабьте их. Такое же



Рис. 5. Упражнение в потягивании

упражнение следует проделать животом, бедрами и ногами. В течение дня вы должны время от времени повторять эти упражнения, заключающиеся в напряжении и ослаблении мускулов и потягивании тела; делая глубокое вдохание, вы должны изгибаться то в одну, то в другую сторону настолько, насколько это окажется для вас возможным; при выдохании вы также обязательно должны изгибаться в разные стороны. Результат этих упражнений выражается в том, что использованные уже ткани снова приводятся в хорошее состояние, получается более быстрая циркуляция крови и вообще вся система мускулов тонизируется в лучшей степени, чем это происходит, когда проделывают какое-либо другое упражнение даже на открытом воздухе.

Система мускульных сокращений. Вы должны вполне уяснить себе глубокое значение для больного этого мягкого и ненапряженного упражнения. Другим столь же важным упражнением является упражнение сокращения мускулов — благодаря ему развивается, вполне естественно, мускульная сила. До настоящего времени каждое упражнение сопровождалось сильным утомле-

нием; утомление же вообще не может содействовать укреплению тела; поэтому отнюдь не следует утомлять не только больного или слабого, но и вполне здорового человека, так как всякое переутомление мускулов, в чем бы оно ни выражалось — в прогулке, или спорте, или еще в чем-нибудь, — скорее вредит организму, чем приносит пользу.

Пользование ею. То, что известно под системой мускульных сокращений, является здоровым методом для достижения чувства покоя и приятности, являющихся результатом сокращения мускулов тела. Я вас убедительно прошу заметить, что указанная форма упражнений полезна еще и потому, что они служат подготовлением для лечения на расстоянии, о котором будет идти речь далее.

Применение. Вы должны помнить, что упражнения с сокращением мускулов обязательно нужно проделывать в течение десяти минут, за час до начала лечения на расстоянии; минут пять употребляются на упражнение и столько же на следующее постепенное ослабление мускулов для того, чтобы привести их в состояние естественной восприимчивости или пассивности, благодаря чему создается равновесие нервных центров, ускорение пульса и т. д. Упражнения эти следует выполнять следующим образом: вообразите себе, что вам нужно поднять с земли предмет значительного веса; для этого вам, конечно, придется напрячь свои мускулы. Представьте же, повторяю, что на полу перед вами находится тяжелый предмет; вы наклоняетесь, схватываете его и напрягаете все свои мускулы, будто на самом деле поднимаете нечто тяжелое; теперь вы начинаете понемногу выпрямляться во весь рост, причем мускулы ваши останутся сокращенными; наконец, вы начинаете медленно поднимать руки над головой и одновременно осторожно приподниматься на носках. После этого, при напряженных мускулах, опускаетесь с носков и твердо становитесь на ноги. В этом заключается первое упражнение. После того как вы твердо встанете на ноги, вы ослабляете все свои мускулы и оставляете их в таком положении до тех пор, пока не сосчитаете от одного до пяти.

Надлежащее применение. Для начала будет вполне достаточно, если больной проделает только что описанное упражнение три раза на каждом сеансе; при этом он должен точно соблюдать все условия, то есть

действительно напрягать свои мускулы, как если бы он на самом деле поднимал какую-либо тяжелую вещь. Если он будет при этом ощущать чувство приятной усталости, то упражнение принесло ему пользу. Никогда не нужно утомлять больного; если настоящее упражнение не будет переступать указанных границ, то, конечно, оно не вызовет у больного чувства переутомления, а наоборот — будет содействовать более быстрому обмену веществ и восстановлению клеточек в его организме, что является необходимым для здоровья. Когда больной заметит действительное увеличение своей силы, он может изменять это упражнение самым разнообразным способом, но отнюдь не поднимать на самом деле различные тяжести и избегать употребления различных гимнастических инструментов, например гирь и проч. При помощи указанного здесь способа сокращения и ослабления мускулов можно достичь удивительного развития физических сил. Такими упражнениями больной может пользоваться для восстановления своего здоровья во всякое время, когда он только почувствует легкий позыв к этому.

Личные письма. Ниже я привожу форму письма, которое вам придется посыпать своим пациентам. Вы, конечно, можете не упоминать о всех мелочах, но обязательно должны настоятельно потребовать от больного, чтобы он во время лечения думал о вас и о своем исцелении.

Пользование на расстоянии

№

(число и год)

Многоуважаемый _____

Я получил Ваше письмо с выраженным в нем желанием начать лечиться на расстоянии, если Вы не изменили еще своего решения, то должны проделывать в течение целого часа один раз в день или по тридцать минут два раза в день, смотря по тому, как Вы найдете для себя удобнее, следующее. Укажите мне точное время, когда Вы бываете совершенно свободны и не подвергаетесь риску, чтобы кто-либо чем-нибудь мог помешать Вам. Тогда я в указанное время снабжу Вас током сильных, здоровых мыслей. При этом я настоятельно советую Вам оставаться во все время лечения, насколько это возможно, спокойным. Сосредоточьте

свои мысли, расположитесь поудобнее на стуле или на постели с закрытыми глазами, медленно и глубоко дыша, и ждите результата. За несколько минут до начала лечения отдайтесь мыслям об удовольствиях и приятном времепропровождении, чтобы подготовить путь для наступающего мысленного лечения. Ваше собственное тело обладает, Вы должны знать это, спокойной духовной потенциальной энергией, которая может дать Вам исцеление и необходимое подкрепление. Я воспользуюсь этой находящейся в Вас силой и буду направлять и развивать ее. Вы обладаете силой, о которой Вы и не помышляли. Эта сила окажет на Вас такое действие и вызовет такие результаты, которые изумят Вас. Хоть я и запрещаю Вам рассказывать кому-нибудь о том, что Вы пользуетесь лечением на расстоянии, однако я Вам советую передавать об этом лишь тем людям, которые сочувствуют подобному лечению; иначе Ваше сообщение вызовет критическое отношение и споры, которые окажут вредное влияние на лечение. С настоящего момента Вы должны иметь веселые мысли и не отвлекаться разговорами от поставленной цели. Когда же Вас что-либо будет угнетать, то вспомните в эту минуту обо мне, благодаря этому Вы будете обладать положительной, а не отрицательной силой. Начните же теперь с познания самого себя и направьте свои силы к добру, вместо того чтобы подвергаться болезням и недомоганиям. Если Вы до настоящей минуты видели нечто неизбежное, то теперь постарайтесь встретить болезнь и употребить против нее присущую Вам силу. Вы должны противостоять ударам, тогда Вы заметите, как сила ваша будет вполне удовлетворять Вашим потребностям и будет постепенно развиваться. У Вас появится уверенность в моем к Вам расположении и искреннем желании оказать Вам пользу. Если вы мне укажете наиболее удобное время для Вашего лечения, то я тотчас же извещу Вас, с какого дня Вы должны начать свое лечение. Если Вы намерены были передать мне еще что-нибудь, касающееся Вашей болезни, то известите меня об этом, чтобы я мог вполне понять состояние Вашего здоровья. По истечении месяца со времени лечения я прошу Вас дать мне сведения о его результатах.

Вышеизложенное представляет лучшую форму письма, которое магнетизер посыпает кому-нибудь из

своих больных. Конечно, будет гораздо лучше, если магнетизер будет писать подобного рода письма лично сам, хотя это будет для него очень тяжело благодаря обширной практике. Тем не менее следует поступать именно так.

Магнитическое пользование. Я должен еще заметить, что если вы больны, то, начиная лечить кого-нибудь, вы можете надеяться на собственное выздоровление при помощи пользования других; перенесение мысли является, в сущности, сохранением в уме идеи силы и здоровья. Метод лечения на расстоянии состоит в следующем.

Вы должны комфортно и непринужденно расположиться в удобном кресле в комнате, насколько возможно изолированной от всякого шума; приняв удобное положение, закройте глаза и возьмите в руку письмо больного, лечить которого вы намереваетесь, сосредоточьте все свои мысли на его имени и на его просьбе. Шепотом повторяйте про себя имя и адрес



Рис. 6. Лечение на расстоянии

больного. Мысленно рассмотрите еще раз все указанные больным симптомы и произнесите про себя следующее: «Этот больной страдает от... Я направляю на него свои целебные мысли и намереваюсь использовать присущую ему силу для восстановления гармонии в его нервной системе. Я устранил болезнь, которая причиняет ему страдания, и возвращу ему здоровье, новое счастье и довольство. Я обращаюсь к могучей силе доброй мысли, в которой заключается гармония и всеобщее благо, с просьбой помочь мне исцелить больного и поддержать его. Это мое глубокое желание». Еще раз повторите про себя имя больного с прибавлением следующих талисманских слов: «Здоровье, довольство, гармония, мир». Так направляемые мысли достигнут больного и будут восприняты им; они разовьются в нем, подобно ферментам в муке и воде. Нет необходимости назначать особое время для каждого больного, если, конечно, последний сам не попросит об этом; часы пользования важны не для магнетизера, а для больного; это время нужно больному для лучшего усвоения получаемых мыслей и большего концентрирования внимания. Для вас будет вполне достаточно пяти минут, а иногда и меньше, чтобы выполнить лечение.

Полезная реакция на врачающего. Вы заметите очень благотворное действие, если, ложась спать, подумаете о пользе своего пациента. Если вы сами страдаете чем-нибудь, то лечение его недугов устранит и ваше недомогание. Если вы страдаете от бессонницы, то такое лечение является для вас наилучшим средством для собственного успокоения и восстановления равновесия и гармонии всей нервной системы. Если вы проснетесь ночью, то вспомните о том, что легко можете тотчас восстановить свой сон; для этого вам нужно только подумать о страданиях своего больного и помочь ему посредством магнитического лечения.

Последний совет. В каждом отдельном случае я настоятельно советую вам указывать пациенту, что вы намерены делать с ним. Конечно, целебная мысль, которая уже по своей сути является хорошей, может оказать пользу без знаний и подготовки больного, но я хорошо сознаю, что будет легче помогать больному при его осведомленности.

Теперь вы получили полные инструкции о том, что делать и как действовать. Остается лишь применить эти указания.

ЛЕЧЕБНЫЙ ГИПНОТИЗМ

Первая лекция

Значение гипноза в человеческой жизни. Изучение гипноза является изучением самой человеческой природы. До тех пор пока на земле существуют люди, которые подчиняются и не подчиняются влиянию, пока существуют сильные и слабые, зависимые и независимые, гипнотизм будет оказывать громадное действие на человеческую жизнь. Я твердо верю, что пробудившийся в конце прошлого столетия интерес к нему приведет к лучшему пониманию той пользы, которая может быть получена людьми при условии умелого применения этой силы. Я убежден также, что познание благодетельного действия гипноза будет все более и более распространяться.

Цель настоящего руководства. Настоящее обстоятельное руководство имеет целью не только научить успешно гипнотизировать, но также и дать ясные понятия о тех великих законах, которые управляют этой силой. На мой взгляд, писатели о гипнотизме, после того как я хорошо ознакомился с их произведениями, больше уделяли внимания той легкости, с какой им иногда удавалось вызывать глубокий гипноз, чем думали о его возможном великом будущем применении. Конечно, в приведении в гипнотическое состояние в настоящее время нет ничего загадочного, но действия и результаты гипноза всегда будут приковывать к себе общее внимание.

Полнота этого руководства. Я намерен с большими подробностями показать вам в своих лекциях, каких результатов добились ранее работавшие в этой области лица. Очень разумно будет для вас следовать их стопам, пользуясь одновременно теми указаниями и разъяснениями, которые дает современная психология.

гия по поводу многих прежде необъяснимых явлений. Я не считаю нужным бесполезно терять время на изложение истории гипнотизма. По большей части каждая книга, посвященная этому вопросу, занимается ей, так что интересующийся всегда без труда может отыскать все, что его интересует, о первоначальных успешных открытиях в области гипнотизма (его сначала называли месмеризмом, позднее же стали именовать гипнотизмом).

Древнее происхождение этой силы. Как бы, однако, мы ни именовали в настоящее время эту науку, все же следует помнить, что речь идет о старинной силе. Безразлично, какое бы мы ей ни дали название, будем ли именовать ее месмеризмом, гипнотизмом, электробиологией или *Statiwolence*, сила от этого не изменится, и придется постоянно видеть преобладание духа над телом. В настоящем руководстве я соединил много способов гипнотизирования, которые нашел в различных сочинениях. Я лично исследовал их и с уверенностью утверждаю, что никто из посвятивших себя изучению моих лекций не окажется неспособным с успехом и пользой применить их. *Моя цель — дать читателю понятие о гипнотизме и научить его гипнотизировать.*

Полная возможность научиться пользоваться силой. Не найдется ни одного человека, понимающего написанное, который не смог бы изучить по настоящему руководству все то, что он мог бы узнать в какой-либо школе лечения внушением. Я постараюсь выяснить все отделы этой науки и указать ее применение в практической жизни. Предполагая, что вы не имеете ровно никакого понятия о внушении, гипнотизме, месмеризме, ясновидении и о лечении внушением, я думаю, что дам вам точные знания, начав изложение с самых простых проявлений силы. Современные исследователи слишком сильно увлеклись внушением или лечением посредством внушения и благодаря этому, как мне кажется, совершенно упустили из внимания значение глубокого сна, который является отличительным признаком настоящего гипноза.

Значение глубокого гипноза. На основании вышеизложенного я намереваюсь в своих лекциях показать вам, как важно доводить подвергающихся опыту лиц до самых глубоких степеней гипноза, и думаю, что вы всегда будете стараться погружать выбранное вами

для опыта лицо все в более и более глубокий сон. В трудах первых месмеристов можно встретить примеры ясновидения, вызванного в усыпленных, которые в настоящее время мы уже не видим. Причина этого, по моему мнению, лежит в том, что гипнотизеры настоящего времени вполне удовлетворяются незначительной удачей и не имеют настойчивости стремиться к более значительным успехам. Успех прежних гипнотизеров можно также объяснить следующим образом. Прежние гипнотизеры обладали высокими нравственными стремлениями. Их наставления служили делу добра, гипнотизируемые хорошо сознавали это и потому легко поддавались гипнозу. Иной раз они могли одним своим словом довести то лицо, на которое действовали, до состояния полной пассивности. Во всех их действиях ярко выражалась чистота их намерений и разумность желаний; благодаря этому они оказывали глубокое действие на тех, кто обращался к ним, и быстро успокаивали сердечные тревоги и расстроенные нервы.

Значение высших мотивов в психических исследованиях. Я считаю необходимым указать вам на следующую неоспоримую истину: чем благороднее будет намерение гипнотизера, тем больше он может рассчитывать на успех. Безусловно, некоторые лица прибегают к гипнотизму с неблагородными намерениями и имеют успех, но все же они никогда не будут пользоваться таким успехом, какой выпадает на долю изучающих эту науку с чистым сердцем и без дурных целей. Я предупреждаю тех, кто хочет овладеть искусством гипнотизма для того, чтобы удовлетворить свое праздное любопытство, что они не получат тех блестящих результатов, которые даются в награду лишь серьезно посвятившим себя изучению истины.

Вторая лекция

Метод устного внушения. Вторую лекцию мы посвятим рассмотрению наиболее употребляемого современными гипнотизерами метода. Этот метод впервые был применен доктором Льебо в Нанси (Франция), который назвал свой метод «словесное внушение». Один из учеников доктора Льебо, доктор Бернгейм,

впоследствии обнародовал его взгляды, наблюдения и опыты в своем сочинении под названием «Лечение внушением». Вообразим себя на некоторое время доктором Льбо и предположим, что к нему явился пациент лечиться гипнозом от какого-либо нервного расстройства. Доктор берет руку пациента, задает ему несколько вопросов и, узнав от больного, что тот в настоящее время сильно страдает от головной боли, просит его поместиться в удобное кресло.

Способ действия доктора Льбо. Сам доктор становится перед пациентом и осторожно кладет свою левую руку ему на голову, а два пальца правой руки держит немного выше глаз пациента на расстоянии приблизительно фута, так что больной принужден смотреть несколько вверх, чтобы отчетливо видеть пальцы. После этого доктор мягким, монотонным голосом говорит: «В настоящем действии нет ничего для вас страшного. Вследствие вашего собственного и моего желания вы испытываете некоторое душевное изменение, схожее с тем, которое испытываете каждую



Рис. 7. Внушение по методу Льбо

ночь. Ваше деятельное бодрствующее состояние изменится сначала в сонливое, во время которого вы будете слышать, что вам говорят, но не придадавать этому особенного внимания; вам будет лень пошевельнуться; это полусонное состояние скоро заменит у вас обычновенный сон, который ничем не будет отличаться от обычного ночного; в этом состоянии вы ничего не будете сознавать из того, что делается вокруг вас. Вы проснетесь, как только я пожелаю этого, вполне свежим и крепким, и почувствуете, что ваша головная боль исчезла». При этих словах доктор начинает медленно описывать пальцами выше и ниже глаз пациента окружность приблизительно около фута диаметром. Такое кругообразное движение пальцев он продолжает около пяти минут, требуя, чтобы пациент все свое внимание устремил на это движение и следил за ним своими глазами; во все время опыта доктор монотонно беседует с пациентом.

Цель этого метода. При помощи этого метода успокаиваются нервы, устраняется возможное душевное волнение, охватывающее пациента вследствие таинственности предстоящего лечения, и навевается особое чувство покоя и удовлетворенности. Постоянное сосредоточенное внимание пациента вызывает в его мозге ощущение приятной усталости, являющееся обыкновенно результатом спокойной, не раздражающей работы. Действительно, при этом способе пациентом скоро начинает овладевать сонливость, голос же гипнотизера должен звучать все монотоннее и однообразнее.

Внушение сна. Доктор говорит: «Ваши глаза смыкаются, вас клонит ко сну. Вы чувствуете, что малейшее движение сопряжено для вас с большим усилием, окружающий шум нисколько не беспокоит вас; кровь постепенно отливает от конечностей; ваши руки, ноги и голова делаются все холоднее и холоднее; сердце начинает биться медленнее, пульс становится слабее; дыхание ваше делается свободнее, спокойнее и глубже; вы постепенно погружаетесь в глубокий сон». Доктор на несколько секунд прекращает свою речь и затем вновь продолжает еще тише и медленнее: «Закройте глаза и спите»; одновременно он слегка касается руками век пациента. После этого он говорит: «Будьте спокойны, все хорошо; ваша боль постепенно ослабевает; через короткое время вы крепко уснете; когда же

вы проснетесь — ваша боль совершенно утихнет. Спите спокойно. Ничто вас не будет беспокоить до моего возвращения». После этих слов доктор оставляет больного минут на десять — пятнадцать одного. По возвращении он обыкновенно замечает, что больной находится в состоянии легкого сна и головные боли значительно ослабли или окончательно прошли. Доктор говорит больному, что на следующий день он скорее погрузится в сонное состояние, причем сон его будет еще крепче. В заключение он прибавляет, что после нескольких сеансов он окончательно избавится от головной боли и возвращение ее будет невозможны вследствие словесного внушения. Этим методом постоянно пользуются во Франции при лечении каждого нового больного. При применении его совсем и не упоминается о гипнотическом влиянии; в нем нет места пробным опытам с целью убедиться, восприимчив ли ко внушению больной или нет. Все внимание здесь обращено на то, чтобы успокоить больного, дать ему надежду и полное успокоение.

Второй сеанс. Когда пациент является на второй сеанс, он уже с полным доверием усаживается в кресло, нисколько не беспокоясь о последствиях; благодаря этому он скорее подчиняется внушению доктора и сильнее поддается его влиянию. На втором сеансе доктор, приведя больного в сонное состояние, произносит: «Вы чувствуете, что глаза ваши сильно отяжелели, и вы не в состоянии их открыть». При этом он слегка касается рукой век пациента и продолжает: «Глаза ваши крепко закрыты, и вы не в состоянии их открыть». Больной тщетно пытается открыть глаза и не может; с вялой улыбкой он прекращает свои попытки, и им снова овладевает сонливость. Тогда доктор говорит: «Все хорошо; глаза ваши крепко закрыты, и вы не можете их открыть. Теперь вас охватит глубокий сон, и, когда вы проснетесь, вы ничего не будете помнить из того, что происходило. На это время вы совсем лишились памяти, вы будете лишь сознавать, что крепко и глубоко заснули, и это окажет благотворное действие на ваше здоровье». После всего этого доктор, как и прежде, оставляет больного минут на пятнадцать.

Окончание второго сеанса. По истечении пятнадцати минут доктор снова входит в комнату и, осторожно проведя рукой по лбу пациента, произносит: «Вы вполне отдохнули, и сон освежил вас. Теперь вы не

будете более страдать от головных болей, и ваши умственные способности станут после этого сна восприимчивее и живее. Когда я сосчитаю до трех, вы проснетесь; с настоящего момента вы тотчас же будете впадать в глубокий сон, если я пожелаю вас загипнотизировать для вашей собственной пользы. Теперь же я вас разбужу спокойно и нисколько не потревожив ваших нервов: «Раз, два, три — проснитесь». Едва доктор скажет «три», пациент откроет свои глаза и тотчас же признается, что он не испытывает более ни головной боли, ни неприятных ощущений.

Подчинение памяти внушению. Может быть, больной будет растерянно смотреть вокруг себя, как человек, которого неожиданно разбудили от крепкого сна; но он совершенно не будет в состоянии припомнить все то, что ему говорили с момента закрытия глаз и до его пробуждения. Следовательно, можно заключить, что больной обладает всеми теми свойствами, благодаря которым его можно погрузить в глубокий гипноз.

Третья лекция

Искусство магнетирования. Теперь я перейду к рассмотрению методов прежних учителей магнетизма, которые называли самих себя магнетизерами. Я стараюсь изложить эти методы в виде личного обучения, как если бы я был вашим руководителем. Прежде всего найдите для своего опыта человека, который был бы моложе вас, но при этом имейте в виду, чтобы он не принадлежал к числу тех, кто долгое время жил с вами в одном доме; вообще нужно, чтобы между им и вами не было особенной близости.

Значение авторитета при опыте. Чтобы вполне надежить себе успех, очень полезно избрать такого человека, который относился бы к вам, как авторитету, с некоторым уважением, так как одним из главных условий успеха является повинование подвергающегося опыту. Для вас также будет очень полезно, если пациент не совсем физически здоров и думает найти в магнетизме средство к излечению.

Способ магнетирования. Усадите своего пациента в удобное кресло, а сами поместитесь прямо против него, при этом ваши глаза должны быть чуть-чуть

выше его глаз. Поместите его со всеми удобствами; если окажется нужным, то положите ему за спину подушку, чтобы он мог откинуть на нее свою голову и благодаря этому не чувствовать никакого стеснения в сидячем положении. Возьмите его правую руку в свою левую, а его левую руку — в свою правую. Несколько нагнитесь к нему так, чтобы расстояние между вашим и его лицом равнялось приблизительно футу. Теперь попросите его пристально, не отрываясь, смотреть в один из ваших глаз и не мигать до тех пор, пока он не сможет более сдерживаться. После этого скажите ему: «Сначала у вас появится покалывание в руках; это покалывание охватит всю вашу руку, перейдет на плечо и мало-помалу распространится по всему телу. Пожалуйста, не волнуйтесь по этому поводу и не обращайте на это внимания. Вполне доверьтесь мне, я не сделаю ничего вредного. Когда вы утомитесь держать глаза открытыми и устремленными на меня, вы можете их закрыть; после этого вы не будете иметь силы открыть их и погрузитесь в глубокий сон. По всему вашему телу распространится особый, по-

добный электрическому, ток живительной теплоты. Когда вы закроете глаза, я начну производить пассы вокруг вас, чтобы усилить магнитическое влияние и равномерно распространить его по всему вашему телу».

Продолжая держать руки пациента в своих руках, слегка нажимайте большими пальцами на наружную часть руки, попеременно то увеличивая, то уменьшая давление. Ваши большие пальцы все время находятся посередине наружной стороны рук между вторым и третьим суставами пальцев. Ваше надавливание будет особенным образом действовать на больного; благодаря этому все его внимание будет привлечено тому, что делается с его руками. Когда ваш пациент уже не будет иметь силы держать свои глаза открытыми, отнимите одну из своих рук, совсем закройте ему глаза и скажите: «Теперь будьте спокойны и спите». После этого приступайте к пассам.

Применение долгих пассов. Встав со своего стула, поднимите обе руки над головой больного и, держа их на расстоянии двух дюймов от его лица, медленно

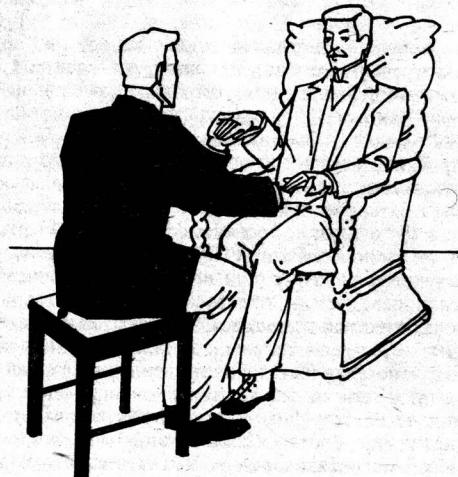


Рис. 8. Гипноз при помощи словесного внушения

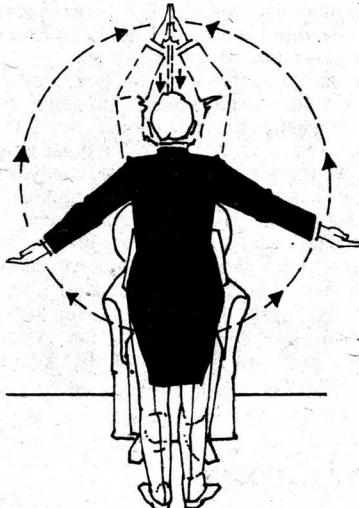


Рис. 9. Пассы

ведите их до колен. Действуйте таким образом около десяти минут. По истечении этого времени поднимите одну из его рук вверх — она сохранит то положение, которое вы ей приладите. Если же она упадет, вы должны повторить долгие пассы в течение пяти минут; после этого ваш пациент, по всей вероятности, придет в особое состояние, которое называется « rapport » («взаимосвязь»); он будет в большей или меньшей степени находиться под магнитическим влиянием. Не следует вторично поднимать его руки — он может принадлежать к числу летаргических лиц, а последние никогда не могут находиться в каталептическом состоянии. Значение употребленных здесь слов я объясню ниже, поэтому не смущайтесь их. Теперь спокойным голосом скажите ему: «Вы теперь в магнитическом состоянии; может быть, вы и будете еще сознавать, где вы находитесь, но глаза открыть вы не можете». Подождите несколько минут и затем продолжайте: «Ну, попытайтесь открыть глаза. Вы не в состоянии этого сделать». Когда вы убедитесь, что все попытки вашего пациента открыть глаза останутся тщетными, вы можете быть вполне уверены, что он приведен в такое же психическое состояние, в каком находился больной доктора Льебо, о котором говорилось в предыдущей лекции.

Определение магнитического сна. Если же ваш пациент не делает ни малейшего движения и, по-видимому, совсем не обращает внимания на ваши слова, то есть не пытается открыть глаза, вы должны знать, что вы повергли его в глубокий магнитический сон. Вам не следует нарушать этот сон. Только скажите ему: «Спите крепко, и пусть вам снится, что вы далеко отсюда совершаете путешествие, посещаете страны и местности, которых вы никогда не видели. Предоставьте своему духу полную свободу; через час вы проснетесь и тогда расскажете мне, где вы были и что видели. Пусть все подробно и точно запечатлется в вашей памяти. Итак, спите еще один час и проснитесь по собственному желанию по истечении этого времени». Затем оставьте своего пациента.

Четвертая лекция

Метод, применяемый в Индии. В этой лекции я намереваюсь сообщить вам метод, применявшийся в Ин-

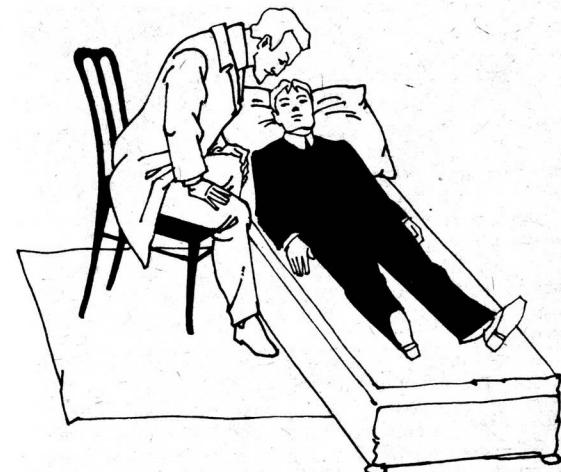


Рис. 10. Способ, применяемый в Индии

дии английским врачом доктором Эсделем. Последний так успешно применял гипноз в своем госпитале в Калькутте, что правительство предоставило в его распоряжение особое помещение, специально устроенное для приема и лечения больных при помощи мессмеризма. В настоящее время об этом методе забыли, и его никогда не обнародовали. Его действия, однако, в высшей степени поразительны — в особенности при глубоком гипнозе, поэтому я считаю необходимым рассказать в своем полном руководстве и о нем. Теперь снова обратимся в учителя и ученика.

Образ действия при употреблении этого метода. Поместите в ту комнату, в которой вы будете принимать больных, длинное, широкое ложе, из головье которого не превышало бы шести дюймов. Поместив своего пациента на это ложе, сами усядьтесь у из головья. Нагнитесь над его головой так, чтобы вашему больному не было трудно смотреть вам в глаза, когда он устремит свой взор на вас, то есть, говоря яснее, чтобы он не чувствовал большого напряжения.

Итак, склонитесь над его головой, чтобы расстояние между вашим и его лицом было не более 4—6

дюймов. Устремите на него свой взгляд и попросите его пристально смотреть в ваши глаза. Сохраняйте дальнейшее молчание. В вашей комнате и смежных с ней не должно быть никакого шума, потому что последний может вам помешать. Оставайтесь в подобном положении, если окажется необходимым, еще два часа, сохраняя в уме настойчивую мысль, что больной должен заснуть. Полчаса спустя, даже меньше, у него появится мигание; но одно ваше слово снова вернет к вам его внимание, и он снова будет стараться держать глаза открытыми. Его попытки будут постепенно все более и более слабеть, наконец утомление настолько сильно охватит его, что он не в силах будет более противостоять ему и глаза его окончательно закроются.

Бесцельность испытаний. При применении этого опыта вам совершенно не нужно делать какие-либо испытания над своим пациентом с целью узнать, находится ли он в гипнотическом состоянии. Успех всегда сопровождает этот метод, если только ваш пациент не задался целью морочить вас, так что испытания здесь совершенно бесполезны, и ваш пациент, безусловно, погрузится в состояние магнитического сна.

Пятая лекция

Гипнотизирование нескольких лиц. Вполне усвоив все три предложенных здесь метода, можно обратиться к четвертому, не менее важному, чем первые. Пригласите в комнату восемь или десять человек и попросите каждого из них пристально смотреть на какой-либо блестящий предмет, например на большую серебряную монету (рубль), имея его на своей ладони. При этом постарайтесь устраниТЬ среди участников в опыте всякое проявление легкомыслия, указав им, что дело касается очень важных психических явлений, и предупредив, что малейшее расположение к шутливости, развлекая внимание участников, замедлит появление ожидаемых результатов.

Предварительные разъяснения. В начале опыта скажите присутствующим, что вы совсем не имеете намерения давать им какие-либо словесные внушения во время сеанса. Посоветуйте им только не отрывать глаз



Рис. 11. Гипнотизирование целого общества

от блестящего предмета; тогда они заметят, что он мало-помalu будет становиться туманным, нечетким, сами же они будут чувствовать какую-то осенющую тяжесть и сонливость, глаза их при этом понемногу будут закрываться. Попросите участником серьезно отнести к данному им занятию, сами же встаньте перед ними и внимательно за всеми наблюдайте.

Наблюдение признаков. Мало-помалу вы будете видеть, как их головы начнут постепенно склоняться; некоторые лица из наиболее живых, может быть, с любопытством станут осматривать тех, которые скорее всех подчинились влиянию; вы должны тотчас запретить им это и устраниТЬ всякий даже малейший шепот и разговор среди присутствующих, потому что все это легко может пробудить более серьезных лиц.

Внушение идеи сна. Когда вы заметите, что двое или трое из присутствующих вполне уже подчинились влиянию, осторожно подойдите к ним и скажите монотонным голосом, чтобы не нарушить их сонного состояния, следующее, располагающее к полному сну: «Устремив взгляд на блестящий предмет в руках, вы вызвали в себе замедление притока крови к мозгу, благодаря чему у вас появилось чувство сонливости и наклонности ко сну. Сонливость ваша будет все более и более возрастать, если вы будете продолжать рассматривать блестящий предмет. Когда кровь отойдет от мозга, наступит сон. Упорное рассматривание

предмета, находящегося в ваших руках, вызвало указанное изменение в вашем кровообращении, и теперь у вас постепенно наступит сон. Вас ничто не будет беспокоить».

Пробуждение собрания. Некоторые лица из наиболее восприимчивых тотчас уснут; минут через пять вы должны разбудить все собрание, говоря: «Как только сосчитаю «раз, два, три», все вы вполне проснетесь и расскажете мне, насколько сильно и как далеко вы подчинились моему влиянию». После этого вы считаете «раз, два, три», все присутствующие открывают глаза и передают вам свои ощущения.

Заключения из их объяснений. Некоторые лица при этом будут говорить, что они ничего не чувствовали, другие сознаются, что ощущали наклонность ко сну, а трети — что они крепко спали. Первые лица не подчинились советам и были невнимательны, вторые в некоторой степени уже поддались влиянию и при повторении опыта также, без сомнения, уснут. В заснувших же лицах вы имеете наиболее подходящих к опыту людей; они легко впадают в то же самое состояние, в которое погружались при прежних опытах совершенно другими способами.

Шестая лекция

Свойства хорошего гипнотизера. В предыдущих лекциях я ознакомил вас с четырьмя различными способами гипнотирования, составляющими главную основу массы других методов; каждый гипнотизер может выбирать из них по своему усмотрению наиболее для себя подходящий, который, по его мнению, сулит ему наибольший успех. Однако, прежде чем перейти к ближайшему рассмотрению всех этих методов, я считаю необходимым указать те качества, которые присущи каждому хорошему гипнотизеру.

Значение пола. Хотя в настоящих лекциях я постоянно упоминал о гипнотизере и пациенте как о лицах мужского пола, однако и женщины могут быть столь же хорошими гипнотизерами, как и мужчины, и могут столь же легко, но не легче быть восприимчивыми к влиянию, как и мужчины. Согласно моим наблюдениям, восприимчивость обоих полов к гипнотическому

влиянию вполне одинакова, и ни одному из них нельзя отдать предпочтения перед другим. Хороший гипнотизер должен обладать хорошими манерами, располагающими к себе обращением и некоторым даром речи. Он должен отличаться вежливостью, речь его должна быть убедительной, в тоне его голоса и манере держаться должна выражаться способность властвовать.

Сущность гипнотизма. Способность гипнотизирования выражается в умении производить известное впечатление и благодаря этому подчинять себе другое лицо. Влияние это может быть сильным и продолжительным лишь тогда, когда гипнотизер не допускает тесного сближения с собой или какой-либо фамильярности со стороны подвергающегося испытанию лица. В этом правиле нет никаких исключений.

Способность гипнотизировать. Эта способность заключается в том, что каждый человек может внушать к себе уважение и повиновение со стороны других. На основании этого доктор уже по профессии является гипнотизером, потому что его авторитет врача приобретает ему подчинение окружающих. Все вышеизложенные качества, а именно властный вид, непреклонность в обращении, от которых зависит успех, легко могут быть приобретены всяkim, кто только решится изучить настоящее руководство и благодаря практике разовьет свои силы.

Важность известного приема. Те манеры, которые сначала вы придадите себе искусственно, впоследствии станут вполне естественными. Хотя бы вначале вы и не вполне доверяли своим силам, все же вы должны придать себе при обращении к пациенту вполне самоуваженный вид и располагающую к себе осанку. Вы и сами будете приятно удивлены, замечая, что все, что вы требуете, исполняется. Вы, например, говорите своему пациенту, что он чувствует сонливость, хотя никакой наклонности ко сну вы не замечаете в нем, и что же!.. В последнем скоро появляются все ее признаки. Такое явление ясно показывает, что ваши уверенные слова оказали известное впечатление на мозг пациента. Ваше предположение осуществилось на деле. Вначале вы сами будете поражены подобными результатами, но после уже привыкнете видеть, как окружающие более или менее подчиняются влиянию, производимому вами на них как посредственно, так и непосредственно. Другими необходимыми свойствами хорошего гипно-

тизера являются честность, прямота, открытый вид и, главным образом, способность смотреть каждому между глаз с целью оказать на него свое влияние.

Развитие могущественного взгляда. Для развития глаза и приобретения упорного взгляда я рекомендую вам следующее упражнение: вы должны каждое утро и каждый вечер, находясь перед зеркалом, смотреть в одну точку на переносице, стараясь при этом не моргать. После ряда таких упражнений вы приобрете себе способность смотреть на какое-либо лицо или предмет от одной до пяти, десяти и даже до двадцати минут, причем ваши глаза почти совсем не утомятся и не будут слезиться. Благодаря такому упражнению глаза ваши также видимо увеличиваются, потому что увеличивается расстояние между веками; последнее придает глазу известное чарующее выражение.

Седьмая лекция

Определение наиболее подходящих для гипноза лиц. Нередко ученики спрашивали меня, какие лица являются наиболее подходящими для гипноза; при этом они просили дать им известные признаки, при помощи которых можно было бы узнавать людей, легче всего подчиняющихся гипнозу. Безусловно, только благодаря некоторой опытности можно получить такое знание, и все же существуют определенные общие признаки, которые устраниют возможность ошибиться. Признаки эти следующие: блондины скорее подчиняются гипнотическому влиянию, чем брюнеты. Лучше поддаются влиянию мужчины и женщины, которые имеют поблекший цвет лица, мутно-голубого цвета, но не серые, глаза, светло-русые, но не золотистые, волосы и вдобавок отличаются веселым характером и мало любознательны.

Исключения из правила. К сожалению, невозможно сделать точных обобщений, и каждый гипнотизер на основании своего опыта знает, что встречаются исключительные случаи, когда лица, обладавшие наиболее развитой силой воли, и типичные брюнеты являлись наиболее восприимчивыми. И наоборот, многие с поблекшим лицом совершенно не подчинялись

гипнотическому влиянию. Лучшей гарантией несомненного успеха служит ваш вид, внушающий к вам со стороны подвергающегося опыту полное доверие, и ваше с ним обращение. Если лицо, подвергающееся опыту, мягко, податливо и послушно, если оно уступчиво, если оно чувствует некоторый страх, но не отвращение к вам, то вы вполне можете быть убеждены, что произведете на него сильное влияние. В иных людях сопротивление к гипнотизму коренится так глубоко, что возможности его уничтожить нет; поэтому вы напрасно потеряете время, стараясь их загипнотизировать. Причина этого заключается не в страхе перед опытом, а в отвращении. Боязнь пациента не имеет серьезного значения, так как ее можно окончательно устранить в несколько сеансов, и данное лицо вместо страха будет чувствовать к вам полнейшее доверие. Иной раз чувство страха само по себе может вызвать мгновенный гипноз, но об этом речь будет позднее.

Образ действия с лицами, трудно поддающимися гипнозу. Самыми восприимчивыми для гипноза лицами являются те люди, которые, обладая слабой волей, несколько не интересуются психологией и не имеют настолько ума, чтобы уяснить себе вполне присущую им силу. На них можно оказывать влияние только при помощи косвенного внушения; производя опыты с подобного рода людьми, никогда нельзя возлагать надежду на одно лишь словесное внушение; в этих случаях вы всегда должны воспользоваться чем-нибудь, например электричеством, благодаря которому вы всегда будете в состоянии оказать на них глубокое действие.

Восьмая лекция

Типичный случай. Для примера я приведу сейчас следующий случай. К вам является кто-либо из ваших знакомых и, приведя с собой мальчика, говорит вам: «Мне передавали, что вы замечательный гипнотизер, и мне было бы очень желательно, чтобы вы проявили свою силу над этим мальчиком. Он несколько не противится тому, чтобы быть загипнотизированным, и, конечно, исполнит все, что вы ему скажете. Он сильно отстал в науках и не обладает прилежанием; его мать прислала его ко мне для исправления. Мне

недавно передавали о ваших успехах в подобных случаях, поэтому я привел его и прошу вас применить на нем свою гипнотическую силу и избавить его от лени. Проявите на нем свою силу! Подобный случай является типичным; он встречается в практике каждого гипнотизера. Я подробно ознакомлю вас с этим опытом, чтобы вы знали, как следует действовать в подобных случаях.

Влияние на мальчика. Твердым, уверенным движением приблизьте к себе мальчика, возьмите его левую руку в свою правую и, положив свою левую руку на его лоб, отклоните назад его голову настолько, чтобы он мог смотреть вам, находящемуся перед ним, прямо в глаза. Может быть, все это несколько испугает мальчика. Для устранения страха скажите, что вы совсем не имеете желания причинить ему какой-либо вред и что опыты, которые вы произведете, скоро заинтересуют и его самого. Убедите его, что вы не имеете намерения повредить ему и никому не дадите причинить ему боль, что вы не имеете в виду втыкать ему в голову булавки, так что он может вполне довериться вам.



Рис. 12. Усыпление мальчика

Произносите свои слова успокаивающим тоном, заставляя его держать свои глаза устремленными в ваши все время, пока он находится перед вами. Посоветуйте ему делать все то, что вы ему велите делать, и скажите ему, что вы его усыпите. Предупредите его, что вы посадите его сейчас на стул и дадите ему какую-нибудь серебряную монету. Всякий блестящий предмет будет вполне пригоден для этой цели. Затем объясните ему, что с ним не произойдет ничего необыкновенного и что его сон будет вполне естественным. После этого посадите его в удобное кресло, положите на его руку какой-нибудь блестящий предмет и удалите ее приблизительно дюйма на четыре от глаз. Сообщите ему, что, после того как он будет смотреть некоторое время на блестящий предмет, он почувствует сильный позыв ко сну, и наконец им овладеет такая сонливость, что он закроет глаза и крепко заснет.

Словесные внушения. Еще раз уверенным, настойчивым тоном повторите, что он должен делать: «Приступи к вниманию на предмет, лежащий на твоей руке. Не обращай внимания ни на кого, кто бы ни вошел в комнату, и ни на какой окружающий шум. Твои веки делаются все тяжелее и тяжелее. Тебе так хочется спать, что ты не в состоянии сидеть с открытыми глазами». Встаньте позади или сбоку его стула, положите свою правую руку на затылок мальчика и производите на него некоторое давление, стараясь не причинить боли. Предоставьте ему время задремать — усмирением опыта ничего нельзя выиграть. После этого повторите следующее внушение: «Твои глаза все более и более утомляются, ты становишься все сонливее и сонливее; еще немного времени, и у тебя не будет силы держать глаза открытыми, но ты не должен закрывать их ранее, чем я тебе это позволю. Теперь ты едва можешь разглядеть монету, в твоих глазах все сливаются, и все же не отводи от нее своих глаз. Я сам скажу тебе, когда нужно закрыть их».

Цель этого метода. Вы все время должны говорить с мальчиком уверенным и спокойным голосом, таким тоном, чтобы ваши внушения принимались им как действительные факты. Вы даете ему идею о сне; продолжайте внушения, пусть мальчик слушает вас, пусть он ясно поймет, что вы ему говорите. Вследствие ваших постоянных внушений сна глаза его примут скоро сонное выражение и веки его отяжелеют. Тогда

вы должны сказать: «Теперь твои глаза готовы закрыться, у тебя нет уже силы держать их открытыми». При этом тон вашего голоса должен сделаться менее повелительным и более сонливым; чтобы придать своему голосу располагающий ко сну тон, старайтесь растягивать слова, показывая вид, что вы и сами утомились и тоже расположены заснуть. Итак, произнесите убаюкивающим голосом: «Теперь твои глаза должны уже закрыться, у тебя нет силы держать их открытыми; они могут теперь закрыться; ты будешь спать; закрой глаза». Правую руку продолжайте держать, как и раньше, на затылке мальчика, левую положите на его лоб и произнесите: «Спи». Приказание это отдайте ровным, спокойным и одновременно решительным тоном. В иных случаях веки мальчика будут еще моргать в течение нескольких секунд, но скоро его мускулы ослабеют, и он, с облегчением вздохнув, погрузится в глубокий сон. Оставьте его на некоторое время в таком положении и не беспокойте его.

Соблюдение тишины в помещении. Попросите лицо, в сопровождении которого пришел к вам мальчик, сохранять во время сеанса полнейшую тишину и не производить никакого шума, чтобы не развлечь внимание мальчика; запретите ему также обращаться к вам с речью. Конечно, обо всем этом нужно предупредить его до начала сеанса.

Действие на деятельность мышц мальчика. Предоставив мальчику несколько минут покоя, скажите ему очень слабым голосом, почти шепотом: «Ты теперь крепко спиши, ничто тебя не разбудит, ничто тебя не побеспокоит; ты откроешь свои глаза только тогда, когда я тебе позволю; но ты не в силах будешь открыть их, если я говорю тебе, что ты не в состоянии этого сделать. Ты будешь продолжать спать. Сейчас я подниму твою руку; это не причинит тебе беспокойства; тебя ничто не разбудит!» При этих словах осторожно снимите свою руку с затылка мальчика и два или три раза поглядьте его находящуюся к вам ближе руку; после этого быстро придайте ей горизонтальное положение и скажите: «Твоя рука останется в том положении, какое я ей дал, неподвижной». Снова проведите по его руке два или три раза и снова скажите: «Ты замечаешь, что твоя рука неподвижна и ты не в состоянии ее опустить. Она всегда будет сохранять то положение, которое я ей дам. Ты теперь крепко



Рис. 13. Каталепсия руки

спиши и исполнишь все, что я пожелаю. Проснешься ты лишь тогда, когда я отдаю тебе приказание проснуться». Рука мальчика, конечно, сохранит то положение, которое вы ей дадите. Тогда вы должны добавить следующее: «Никто не в состоянии согнуть твою руку или опустить ее, если я не позволю этого».

Первая степень каталепсии, или оцепенения мускулов. Вы, конечно, можете и другую руку привести в подобное же состояние, можете привести в состояние каталепсии также и ноги мальчика, если только последнее не принесет вреда для здоровья мальчика.

Устранение оцепенения. Когда вы приведете руки и ноги мальчика в горизонтальное положение (в состояние каталепсии), скажите ему: «Теперь я постепенно уничтожу это влияние; сейчас я освобожу от него твою левую руку, проделав над ней несколько движений от кисти к плечу». Проделайте пассы и произнесите: «Теперь она свободна, и ты можешь опустить ее». То же самое вы должны проделать и с другой рукой, устранив при этом из его головы навязанную ему при начале опыта мысль об оцепенении

мускулов. При этом постоянно повторяйте ему: «У тебя теперь крепкий и здоровый сон, и ты, безусловно, исполнишь все, что я пожелаю. Никто не в силах тебя разбудить, кроме меня».

Действие ваших внушений. Вы теперь проявили на мальчике свою власть над его мускульной системой. Своими неоднократными внушениями, что он не в состоянии теперь сделать того, что он может делать в своем нормальном состоянии, и исполняет лишь то, что вы желаете, вы до такой степени овладели его волей, что он не может опустить своей руки. Ваш пациент вполне начинает вам верить. Он думает, что все, что вы говорите, действительно происходит; вследствие этого у него начинается как бы борьба с его собственным «я». Иной раз он станет делать то, что обычно в этих случаях делают другие загипнотизированные: он будет стараться опустить руку, но, так как он убежден, что не в состоянии этого сделать, он и не опустит ее. Я уверен, что вы теперь начинаете понимать значение настойчивого внушения, сделанного человеку в таком состоянии, когда его умственные способности не могут вполне действовать.

Подчинение разума. Когда мальчика охватил глубокий сон или даже сонливое состояние, он уже не может рассуждать так, как делал бы это в состоянии бодрствования. Вследствие этого он считает внущение о невозможности поднять руку вполне истинным и прекращает свои попытки в этом направлении. Его мозг тогда становится очень восприимчивым для дальнейших внушений; при таком его состоянии вы можете проделывать с ним какие угодно опыты с целью проявить свою полную власть над его мускульной деятельностью.

Дальнейшие доказательства восприимчивости его ума. Подобно тому как вы показали мальчику, что он не в состоянии опустить руки, если ему вперед не позволите этого сделать, вы можете доказать ему и другим присутствующим, что он не будет в состоянии открыть глаза, если вы ему внушите, что он не в силах сделать этого; он не сможет также закрыть рот, если вы, открыв его, запретите закрывать; наконец, он не в состоянии будет сдвинуться с места, если вы ему внушите, что он прирос к нему и лишился способности двигаться.

Сон в стоячем положении. Поставьте мальчика на ноги, при этом быстро проведите руками от его голо-

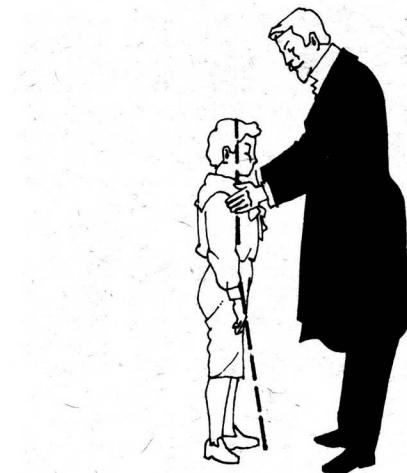


Рис. 14. Сон в стоячем положении

вы вдоль плеч и рук вниз до ног, слегка касаясь его платья; этот прием (вниз и вверх) повторите несколько раз; после этого скажите ему: «Ты можешь теперь с таким же удобством и так же крепко спать стоя, как и прежде, находясь в кресле; ты откроешь глаза, когда я позволю тебе открыть их, и увидишь то, что я велю тебе видеть; ты будешь чувствовать, что я тебе велю, и все будет для тебя действительно». Затем добавьте: «Хотя я и позволяю тебе открыть глаза, все же ты будешь спать и увидишь много интересных вещей; не пугайся и не удивляйся тому, как они сюда попали; тебе достаточно только сознавать, что ты их видишь и что они для тебя существуют на самом деле».

Быстрая настойчивая передача внушений. При настоечном опыте вам следует говорить быстро, без остановок. Безусловно необходимо, чтобы ум мальчика сразу принимал за действительный факт все, что ему говорится. Если вы запнетесь или если в ваших словах не будет уверенности, то вы рискуете тем, что мальчик сам обратится к вам с каким-либо вопросом или выразит сомнение. Ваша обязанность заключается только в том, чтобы делать внушение.

Опыт с обманом чувства зрения. Теперь возьмите обыкновенную трость или палку и дайте ее мальчику со словами: «Ты не боишься змей. Открой глаза и взгляни на змею, которую я сейчас дал тебе в руку; она не ужалит тебя и не сделает никакого вреда; ты нисколько ее не боишься; крепко держи ее, а то она выскользнет». Мальчик открывает глаза и видит, согласно внушению, змею; но так как вы ему внушили, что он не должен пугаться ее, то он и не чувствует никакого отвращения и даже будет ласкать мнимую змею. Стоит, однако, только пожелать, и вы можете тотчас превратить его хорошее настроение в сильный ужас одним своим восклицанием: «Будь осторожнее, она может тебя ужалить!» На этом основаны все публичные сеансы, где гипнотизеры согласно своему желанию вызывают у присутствующих чувство страха или расположения.

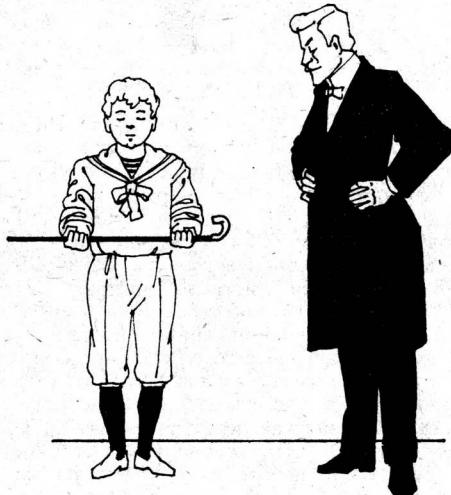


Рис. 15. Превращение палки в змею

Устранение опытов, вызывающих у загипнотизированного чувство страха. Доказать силу гипноза можно посредством опытов, вызывающих страх. Я реко-

мендую своим читателям вовсе не пользоваться последними опытами во избежание причинения вреда.

Активный сомнамбулизм. У мальчика теперь вызвано особенное состояние, которое называется активным сомнамбулизмом. Вы создали ему иллюзию, дав ему предмет и внушив видеть в этом предмете совсем не то, что он на самом деле из себя представляет. Благодаря вашему внушению предмет изменился в воображении мальчика, и произошел обман его чувств. После этого скажите мальчику: «Перестанем заниматься змей», — возьмите палку из его рук и отложите ее в сторону. Затем быстро проведите руками один или два раза перед его лицом со словами: «Спи». Всего этого будет вполне достаточно для превращения активного сомнамбулизма в глубокий сон.

Обман чувства вкуса. Дайте мальчику некоторое время стоять на ногах и затем скажите: «Ты очень любишь фрукты, тебе очень нравятся яблоки и апельсины; вот чудесное яблоко, ты можешь его съесть; теперь ты увидишь, что никогда еще не пробовал такого вкусного и сладкого яблока. Ну, бери его, кушай».

Вы можете при этом положить в его руку обыкновенную сырую картофелину, и он начнет ее есть с большим удовольствием. До сих пор вы не позволяли ему говорить с вами; теперь, однако, уже можно задавать ему вопросы, на которые он будет отвечать. Вы можете спросить его, как ему понравилось яблоко. Если он не сразу даст ответ на ваш вопрос, сделайте ему внушение, что он может говорить так же хорошо, как и в нормальном состоянии. После вашего внушения мальчик ответит вам, что яблоко ему очень нравится и что он желал бы иметь еще такое же. Из его слов вы можете видеть, что вызвали в нем обман чувства вкуса.

Влияние на чувство обоняния. Производя опыты с мальчиком далее и далее, вы скоро достигнете того, что окончательно уничтожите у него чувство обоняния. Вы можете дать ему понюхать крепкий раствор нашатырного спирта, и он при этом ничего не почувствует. Благодаря внушению вы можете заставить его принимать запах нашатырного спирта за приятный аромат одеколона, и тогда он будет с большим удовольствием нюхать нашатырный спирт. Нет конца всем тем разнообразным опытам, какие вы можете

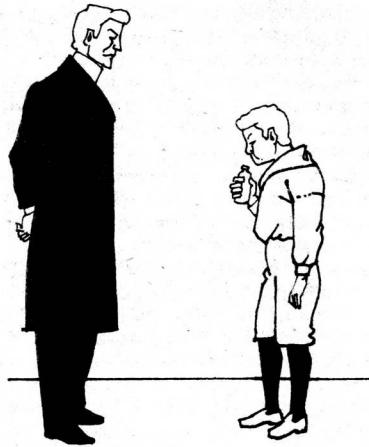


Рис. 16. Обман чувства обоняния — мальчик принимает нашатырный спирт за духи

проделывать над мальчиком, вызвав у него обман чувств. В своей практике мне ни разу не пришлось наблюдать, чтобы загипнотизированный почувствовал какое-либо неприятное ощущение при всех опытах, основанных на обмане чувств, но все же я не советую часто бесцельно применять их.

Доказательство при помощи обмана чувств. Вы можете пользоваться этими опытами, основанными на обмане чувств, потому что они с полной очевидностью доказывают, что человеку присуща особая сила, пре-восходящая его разум. В этом случае они полезны. Посредством их ясно выражается на деле власть гипнотизера и сила гипноза. Сознание своей силы должно удовлетворять вас, и я не советую вам пользоваться обманом чувств при всяком пустяке.

Галлюцинация зрения. Дайте мальчику некоторое время отдохнуть, затем усыпите его вышеобъясненным образом и скажите ему: «Когда ты откроешь глаза, ты заметишь на стуле в углу комнаты свою мать». Конечно, вам следует заранее узнать, действительно ли мать мальчика жива. «Твоя мама явилась сюда взглянуть, что ты делаешь. Тебе, конечно, очень

приятно увидеть ее и поговорить с ней. Как только ты откроешь свои глаза, иди в угол, где она находится, и поговори с ней; после ты должен мне рассказать, о чем ты с ней будешь говорить. Ну, открывай теперь глаза и отправляйся к ней». Мальчик действительно пойдет к своей матери, устремив свой взгляд в какое-нибудь место комнаты, где, по его мнению, она находится. Он начнет с ней разговор, который, смотря по его характеру, будет очень продолжительным или очень коротким. Если он обладает разговорчивым характером, то он начнет болтать и задавать ей всевозможные вопросы, интересуясь ее ответами. Благодаря внушению вы вызвали в его уме галлюцинацию, то есть навязали мальчику такой образ, который в действительности не существует. Из этого опыта вы должны уяснить себе отличие иллюзий (обмана чувства) от галлюцинаций.

Переход сомнамбулизма в сон. Приблизьтесь к мальчику, сделайте несколько пассов перед его глазами и скажите: «Усни; теперь, конечно, ты не чувствуешь больше страха к гипнотизму и будешь засыпать тотчас же, как только я положу свою руку тебе на голову и произнесу: «Спи». Теперь уже не нужно причинять тебе продолжительное утомление, ты будешь засыпать во всякое время дня, как только я пожелаю и прикажу тебе. Ступай снова в кресло и погрузись там в глубокий сон. Во время твоего сна я сделаю тебе некоторые внушения, чтобы уничтожить в тебе наклонность к лени. Иди же в свое кресло и крепко засни». Оставьте теперь в покое минут на пять мальчика в кресле и постарайтесь при этом не нарушать тишины комнаты.

Внушения с воспитательной целью. После этого промежутка уверенно положите свою руку ему на голову и скажите: «Ты слишком отстал в науках и очень ленишься. Однако в твоем характере нет наклонности быть ленивым и непослушным; с настоящего момента ты будешь вести себя совсем иначе. В твоих занятиях появятся блестящие успехи, ты будешь повиноваться своим родителям и станешь хорошим во всех отношениях мальчиком. С этого времени ты будешь пользоваться хорошим здоровьем и будешь чувствовать себя крепким, деятельным и довольным. Природа наделила тебя хорошими способностями и развитым умом, и теперь все, что есть в тебе хорошего, вполне обнаружит-

ся. Ты окончательно сбросил с себя лень и сделался вполне послушным. Ты должен чувствовать себя вполне хорошо. В твоей памяти не останется ни одного из внешний, данных мною тебе; ты не будешь также помнить и о тех обманах чувств, которые я вызвал в тебе. Ты будешь чувствовать себя вполне здоровым. Спи крепко и по истечении десяти минут проснись сам». Соблюдая глубокую тишину в комнате, присядьте недалеко от мальчика. По прошествии ровно десяти минут, почти секунда в секунду, может быть и немножко ранее, он проснется вполне здоровым, с хорошим расположением духа.

Наставление на случай слишком глубокого сна. Иногда случается, что субъект впадает в такой глубокий сон, что не просыпается в указанное время. Тогда вам следует подойти к нему и положить ему на голову свою руку со словами: «Ты теперь вполне отдохнул и чувствуешь себя вполне здоровым и хорошо настроенным. Как только я сосчитаю «раз, два, три», ты совершенно проснешься и встанешь. Раз, два, три, проснись». После ваших слов загипнотизированный откроет глаза и, по всей вероятности, сильно удивится, как могло пройти так много времени с того момента, когда он в первый раз усился в кресло. Вам вообще не следует беспокоиться и опасаться, что загипнотизированный продолжает спать дольше, чем ему внушиено; вы всегда будете в состоянии пробудить его, если будете точно следовать рекомендованным в настоящем руководстве указаниям. При других обстоятельствах эта опасность может возникнуть, и вы никогда не должны забывать, что при известных случаях загипнотизированный может продолжать спать и не просыпаться, несмотря на все ваши усилия. К уяснению этого случая я вернусь позднее и тогда укажу вам, вследствие каких причин происходит подобное явление, виновником которого является гипнотизер.

Девятая лекция

Предсознательный разум. До сих пор я знакомил вас с характерными случаями гипнозизма. Теперь, считая вас подготовленными к дальнейшему, я объясню вам, какое значение имеет в этих явлениях предсоз-

нательный разум. Из простого примера вы скоро поймете, что кроме обычного сознания человек обладает еще одним, которое называется предсознанием.

Очевидность двойственности сознания. Вы, конечно, хорошо знаете, что ночью, во время сна, у вас действует совершенно иное сознание, которое существенно отличается от сознания бодрствования. Самым главным отличием является их содержание; сновидения вообще очень бессодержательны. В этом-то отсутствии мысли и заключается существенное отличие предсознания от сознания. В других отношениях в них трудно заметить различие, тем более что представляющаяся в наших грезах жизнь изображает точную копию нашей жизни в состоянии бодрствования. Наши сновидения вполне походят на случаи из нашей жизни в состоянии бодрствования. Все те люди, которые как живые проходят и действуют в наших сновидениях, по большей части принадлежат к числу тех лиц, которых мы знали или знаем. Исходя из этого мы вполне можем заключить, что, хотя действительное сознание и предсознание сами по себе различны, все же между ними существует тесная связь и масса общих свойств.

Общие свойства. Одним из таких свойств является память. В состоянии бодрствования память наша сплошь и рядом слабеет, а иногда и совсем утрачивается, в предсознательном же состоянии она достигает удивительной остроты. Предсознательная память хранит все события и случаи в жизни. Она является как бы дневником души, и почти можно предположить, что в то время, когда нами утрачивается бодрствующее состояние со всеми его заботами и волнениями, предсознательная память обнаруживает поразительную силу. Благодаря ей у людей на краю смерти внезапно проносится перед глазами вся их жизнь с мельчайшими подробностями. Иногда даже и во время бодрствования предсознание получает преобладание над сознанием; при таком состоянии человек проводит время в созидании фантастических картин и совершенно отдается воображаемым грезам. Такому человеку предсознание более скрашивает жизнь, чем сознание. При помощи гипнозизма мы всегда имеем возможность предоставить, дав преобладание предсознанию над сознанием, каждому человеку пользоваться своими предсознательными способностями в полной их силе.

Доверчивость предсознательного сознания. Человек в состоянии предсознательного сознания в высшей степени доверчив и благодаря этому он охотно и вполне верит всему, что ему ни говорят. У него нет желания задать какой-либо вопрос и сопротивляться вашим внушениям. Он не может ничему противодействовать, подобно тому как вы не в состоянии оказывать сопротивление своим ночным сновидениям.

Местопребывание силы. На основании вышеизложенного ясно, что в гипнозе настоящее действительное сознание не существует и проявляется предсознание. Благодаря тому, что индивидуальная сила заключается в предсознательном состоянии, гипнотизм может служить ценной лечебной силой. вся способная к проявлению сила покоятся в предсознании. Бодрствующий рассудок отдает приказания, которые запечатываются в предсознательном разуме. Последний невольно их воспринимает и, вследствие того, что относится с полной верой к данному внушению, буквально исполняет его. Справедливость настоящего положения подтверждается фактами как из действительной жизни, так и из гипнотического состояния. Следовательно, целительная сила действует главным образом в предсознательном состоянии.

Целительная сила природы. Природа сама по себе всегда старается исправлять ненормальности и излечивать все недомогания. Но сплошь и рядом случается, что заблуждения и неправильные взгляды вследствие ложного направления действующего разума настолько сильно подавляют предсознание, что оно не в состоянии бороться с окружающими обстоятельствами и должно обратиться к посторонней помощи. Такую помощь и может оказать гипнотизм, содействуя благотворной работе предсознания. Внущения гипнотизера оказывают существенную пользу и помочь предсознательному разуму при его борьбе с ложными понятиями; благодаря им снова восстанавливается действие свойственной природе целебной силы. Такое свойство природы является в высшей степени разумным и благодетельным ее законом.

Сила веры. Целебная сила гипнотизма обусловливается, главным образом, способностью пациента воспринимать и верить тем внушениям, которые при помощи гипнотизма направляются на предсознательный разум. Вы не должны забывать, что целебная сила не

проявляется в состоянии бодрствования. Сила эта свойственна только предсознанию; каждый человек может вызвать ее в себе для своей пользы путем самовнушений, то есть пользуясь теми же приемами, которые употреблял имевший с ним дело гипнотизер; силу эту можно развить также при помощи гипнотизма, при помощи данных прежде объяснений. В том и другом случае, то есть при самостоятельном лечении или при лечении посредством другого лица, необходимо помнить, что лечение заключается в одних и тех же средствах, а именно в воздействии сознания на предсознание при помощи внушений. Первый способ лечения называется самовнушением, а второй — гипнотизмом.

Десятая лекция

Отличие гипнотического сна от естественного. Я уже раз указывал читателю, что во время гипноза обнаруживается в высшей степени замечательная память; на основании этого вы уже должны видеть, что гипнотическое состояние и естественный сон нельзя принимать за одно и то же состояние. В состоянии гипноза уственные способности человека необыкновенно изощрены. Если вы предоставите возможность погруженному в гипнотическое состояние спокойно спать и не будете делать ему при этом никаких внушений, то загипнотизированный перейдет из гипноза в нормальный, естественный сон. Из этого можно заключить, что гипноз развивается из обыкновенного сна и вновь в него обращается.

Лечение во время естественного сна. Гипноз может также развиваться и из естественного сна, подобно тому, как он вызывается из искусственного. В настоящее время многие родители в Америке с большим успехом пользуются лечением во сне своих детей с целью устранения в них дурных привычек. Необходимым условием при таком способе лечения является следующее: родители или гипнотизер должны привлечь к себе внимание со стороны спящего. Этого вопроса я уже касался в своем небольшом, написанном для американцев, сочинении «Воспитание во время сна». В этом сочинении я указал также случаи замечательных и чу-

десных исцелений. Так, например, заикание, непроизвольное мочеиспускание, хорея, нервозность, пугливость и дурные привычки быстро излечивались благодаря настоящему методу лечения. Вспомните изложенное в предыдущей лекции об особой силе, свойственной предсознательному разуму, и вы легко поймете сущность этого метода.

Способ, применяемый во Франции. Приблизительно через год после напечатания моего открытия доктор Поль Фаре поместил в парижском журнале «Revue de l'hypnotisme» целый ряд статей, касающихся моей теории и достигнутых результатов. В настоящее время психологи вполне признают возможность производить воспитательные и нравственные внушения на спящих людей. Применяющийся при этом способ один и тот же, и поэтому не представляется необходимым касаться подробностей. Я уже указывал в предыдущих лекциях, как следует производить положительные внушения. Предположим теперь для большей наглядности, что вы имеете сына, который заикается. Такая привычка часто появляется у детей вследствие их подражания кому-нибудь из знакомых. Для того чтобы вполне устраниТЬ подобное явление, вы должны сказать ему перед тем, как он ляжет спать, приблизительно следующее: «Сегодня ночью, когда ты крепко заснешь, я приду к тебе и начну с тобой говорить; ты не должен никак удивляться этому, не должен беспокоиться и не должен просыпаться. На все вопросы, с которыми я к тебе обращаюсь, ты должен мне ответить».

Внушение во время сна. После того как он заснет, вы должны подойти к нему и прилечь возле него на кровати; при этом вам следует нежно поглаживать его по лбу с той целью, чтобы, не пробудив его, дать ему понять, что вы находитесь вблизи него. Малейшая неосторожность, само собой разумеется, разбудит его, и тогда вам придется воспользоваться тем же самым методом, какой вы употребляли при гипнотизировании, то есть вы скажете ему, что все в порядке и что он должен немедленно закрыть глаза и крепко спать. Внушения эти вы должны сделать непреклонным и настойчивым тоном, чтобы он, задремав, погрузился в глубокий сон и не просыпался при вашем вторичном к нему обращении. Если вы верно исполните мои указания, то, по всей вероятности, он не проснется. Теперь вам следует осторожно, медленно и постепенно



Рис. 17. Воспитание во время естественного сна

овладеть его вниманием. Вам отнюдь не следует при этом торопиться и возвышать голос. Вы должны говорить тихо, ясно и медленно.

Успокаивающее внушение. Спокойным тоном произнесите: «Ты крепко спиши и не проснешься. Ты чувствуешь, что я говорю с тобой, но все, что я ни скажу тебе, не нарушит твоего сна. Ты в состоянии отвечать на все мои вопросы. Хорошо ли ты себя сейчас чувствуешь?» Может быть, сначала он вам ничего не ответит. Следует привести его в такое состояние, чтобы он ответил вам, не просыпаясь. Для этого продолжайте осторожно и нежно поглаживать своей рукой его лоб, обращая этим на себя его внимание. После этого прикоснитесь тихонько пальцем до его губ и скажите: «Когда я прикоснусь пальцем до твоих губ, ты почувствуешь себя способным говорить, ты будешь в состоянии сказать «да». Обыкновенно губы мальчика станут при этом шевелиться, и он будет пытаться, по-видимому, что-то произнести; однако вы не слышите ни одного звука. Когда вы увидите движения его губ, необходимо повторить свои внушения и уверенно сказать ему, что в следующую ночь он будет в состоянии легко беседовать с вами».

Лечение заикания. После этого вы можете приступить к внушениям, необходимым для лечения заикания: «Завтра ты убедишься, что будешь в состоянии

говорить свободно, не чувствуя никаких затруднений. Ты будешь говорить так же хорошо, легко и ясно, как и я; ты не будешь ни заикаться, ни затрудняться ответами». Повторите ему свои внушения еще раз выразительным, уверенным тоном и удалитесь от него. На другой день он, вполне вероятно, ничего не будет помнить из того, что вы ему говорили ночью; в его произношении, однако, будет заметна громадная перемена к лучшему. В течение дня внушения ваши перейдут при помощи его предсознательной памяти в его сознание, и он вспомнит, что вы ему говорили ночью и как вы ему это говорили. Может быть, он ни теперь, ни позже, вообще никогда не будет в состоянии вспомнить ничего из того, что вы ему внушали; все это находится в зависимости от того, как крепок был его сон.

Повторный опыт. В следующую ночь и позже вы заметите при своих разговорах с ним, что вам уже легче получать от него ответы.

Опыты с пассивным сомнибулизмом. Если вы пожелаете убедиться на опыте, до какой степени простирается влияние одного человека на сознание другого во время естественного сна, то постарайтесь по своему желанию повлиять на сновидения мальчика. Вы можете внушить мальчику, что он военный и находится при своих войсках; тогда он во сне будет распоряжаться, командовать, управлять боем. Одновременно можете внушить ему, чтобы, пробудившись, он припомнил бой, все касающееся неприятеля и остальное, что вы ему передавали как действительное. Утром он подробно расскажет вам весь свой сон. При этом он совершенно не будет помнить, что эти видения внущили ему вы; он просто будет считать все обычным сном. Подобным же образом вместо поражающих его воображение картин битв вы сможете навеять на него сновидения приятного отдыха и блаженного покоя. Закон восприимчивости предсознательного разума к внушениям является неоспоримым. Его действие может проявляться в разных направлениях, поэтому им можно пользоваться как для зла, так и для добра. Постарайтесь пользоваться им с хорошими намерениями.

Одинацдатая лекция

Постгипнотические внушения. Среди удивительных гипнотических явлений нет более поразительного и бо-

лее замечательного, чем внущение, известное под именем постгипнотического. Если вы хорошо усвоили главу, касающуюся предсознательной памяти, то, конечно, легко поймете причину подобного состояния. Подобное явление всецело зависит от совершенства памяти, проявляющейся в предсознательном состоянии.

Как производить такие внушения. Чтобы дать постгипнотическое внушение, то есть такое внушение, которое должно быть выполнено загипнотизированным после его пробуждения в нормальном состоянии, гипнотизер говорит своему пациенту, когда последний уже погрузится в глубокий сон: «Через десять минут после того момента, как я вас разбужу, вас охватит сильное желание надеть свою шляпу и пойти домой. Вы быстро схватите свою шляпу, наденете ее и расположитесь в кресле, ведя со мной беседу со шляпой на голове. При этом, однако, вы не будете знать, что все это внушил вам я». В указанное время, то есть через десять минут после пробуждения, пациент начнет искать свою шляпу. Отыскав ее, он немедленно ее наденет и снова расположится в кресле. Если вы ему предложите по этому поводу вопрос, он будет чистосердечно утверждать, что он не поднимался с кресла и что у него нет на голове шляпы. Когда же вы снимете шляпу с его головы и покажете ему, он на мгновение изумится; оправившись же от смущения, скажет: «Да, я намеревался идти домой».

Извинение субъекта за свое поведение. Скорее всего загипнотизированный отделается такими словами; он, вероятно, ни за что не согласится поверить, что ваше внушение оказалось на него столь сильное действие, что он выполнил ваше приказание совершенно бессознательно в бодрствующем состоянии. У него останется лишь смутное сознание — всей беседы с вами, конечно, он не будет помнить, — что вы внущили ему что-то, по-видимому, несообразное; поэтому в этом и в других случаях вы заметите, что ему, выполняя ваши желания, очень не хочется уподобляться простой машине; он станет всячески оправдываться и давать всевозможные объяснения, желая доказать, что он хорошо сознавал, что делал. В данном случае ваш пациент привел в исполнение постгипнотическое внушение. Опыты с подобными внушениями очень разнообразны. Лучше всего рассмотреть их более подробно.

Усиление внушений. Для того, чтобы загипнотизированному было легче выполнить постгипнотическое внушение, лучше всего поставить его в связь с каким-либо из своих собственных действий; например, вы можете сказать загипнотизированному: «Когда вы увидите, что вышел из комнаты, поднимитесь с кресла, передвиньте стрелку часов на полчаса вперед и после забудьте, что это сделали вы». Благодаря этим словам вы сделаете свое внушение более легко выполнимым, связав его со своим выходом из комнаты. Приняв во внимание силу предсознательной памяти, вы легко поймете, что, едва только вы уходите из комнаты, ваше предварительное внушение превращается в бодрствующем состоянии пациента уже в побуждение, потому что он не отклонил его в то время, когда вы его делали.

Причина неудач. Не выполняются только те из постгипнотических внушений, которые пациент отказался принять во время сна. Если же он не противится внушению и соглашается привести его в исполнение, то он всегда выполняет его, в чем бы оно ни заключалось. Когда же вы делаете пациенту внушение, которое неприятно ему или стоит в противоречии с его нравственными убеждениями, то он по большей части всегда отклоняет его; поэтому такое внушение никогда не сделает глубокого впечатления на предсознательное сознание благодаря оказанному сопротивлению.

Невосприятие внушений. Для реального осуществления внушений необходимо, чтобы загипнотизированный вполне поверил в него и глубоко его воспринял. Иногда случается, что загипнотизированный воспринимает даже противоречие его характеру внушения и вследствие этого против своей воли совершает такие действия, какие он в состоянии бодрствования никогда бы не сделал. Согласно же моим наблюдениям, загипнотизированный всегда отклоняет из постгипнотических внушений для него неприятные и не воспринимает их, несмотря на настойчивость гипнотизера. Действительно, в присутствии гипнотизера он иногда приводит в исполнение данные ему внушения и совершает такие поступки, каких он бы не сделал в бодрствующем состоянии; при отсутствии же гипнотизера он не выполнит приказаний, которые ему не нравятся или противоречат его убеждениям. Вышеизложенное упрощает процесс и дает ему разумное основание.

Продолжительность действия подобных внушений. Полученное поствнущение загипнотизированный может привести в исполнение через неделю, месяц и даже через год после того дня, как его ему дали, в зависимости от срока, назначенного для его выполнения. В этом снова можно видеть силу предсознательной памяти.

Так называемый мгновенный гипноз. Такой гипноз является обычной формой постгипнотических внушений и очень часто применяется лицами, дающими публичные представления. Если вы скажете загипнотизированному вами лицу: «Когда я войду в комнату и дам вам приказание спать, то вы тотчас должны бросить работу, что бы вы ни делали, и крепко заснуть», — результат получится именно тот, какой вы внушили: чем бы ни занималось данное лицо, оно немедленно погрузится в глубокий сон, едва только вы войдете в комнату и прикажете ему спать.

Уничтожение сопротивления гипнотизируемого. Иногда случается, что лицо, которое намереваются загипнотизировать, оказывает сопротивление гипнотизеру; в этом случае оно является как бы пробным камнем его умения и знания. Если гипнотизер уже владеет некоторой опытностью, он быстро подействует на выбранное им лицо словесными внушениями, не давая ему времени на размышление; при этом своей уверенностью он убедит его, что все, что он говорит, действительно происходит. Вообразим, что гипнотизируемый не желает подчиниться внушению и, качая головой, говорит: «Я совсем не хочу спать, и вы не сумеете принудить меня спать». Гипнотизер поступил бы неправильно, если бы продолжал стоять на своем и повторял свои внушения о сне. Он должен положить одну руку на лоб гипнотизируемого, а другой рукой закрыть ему глаза и при этом сказать: «Вы не в состоянии бодрствовать, хотя бы и желали; вы чувствуете наклонность ко сну, у вас появляется сонливость, вы сейчас заснете. Спите крепко, стоя на ногах». Если гипнотизер проведет еще раза два рукой по лбу пациента, то последний уснет вне всякого сомнения.

Причина успеха при продолжении опытов. Каждый мальчик вообще является сомнамбулистом, то есть легко восприимчивым к внушению. Если его хотя бы один раз загипнотизировали, то уже легко может загипнотизировать тот же самый гипнотизер; для последнего не представляет большого труда преодолеть его

сопротивление, если только он сумеет надлежащим образом сделать внушение. Вообще, вы всегда очень легко можете загипнотизировать кого-либо вторично, если он был вами уже раз загипнотизирован. Единственное исключение из этого правила представляет тот случай, когда вы будете поступать неумело и делать неприятные внушения; результат таких действий — появление в гипнотизируемом сильной нервозности; при таком состоянии ни вы, ни другой гипнотизер, пользующийся подобными вашим способами, не был бы в состоянии загипнотизировать его. В моей практике такие случаи повторялись несколько раз; все они были результатами нервной раздражительности, вызванной в гипнотизируемом применявшимися на нем нелепыми опытами.

Опасность при опытах. Теперь я постараюсь указать, в чем именно заключается опасность для гипнотизера, если он оказывается неспособным разбудить загипнотизированное им лицо. Вина, как мною было уже выше сказано, лежит, безусловно, на гипнотизере. Когда во время опыта внушают загипнотизированному то, что противоречит его убеждениям и против чего он горячо восстал бы наяву, случается одно из двух: загипнотизированный или немедленно просыпается, или впадает в такой глубокий сон, что никакие внушения уже более на него не действуют. Он отказывается проснуться, и вы не в состоянии пробудить его обычными способами.

Ее устранение. Если бы подобный случай имел место в вашей практике, то вы должны оставить в покое загипнотизированного, предоставив ему проснуться тогда, когда он пожелает сам. Вы не должны его будить и не позволяйте никому его тревожить. Вы можете только положить ему на лоб свою руку и уверенным тоном произнести: «Так как я замечаю, что вы не желаете просыпаться сейчас, то продолжайте спокойно спать, сколько хотите; когда вы проснетесь, вы будете чувствовать себя вполне хорошо, не чувствуя никакого возбуждения. Настоящий сон не принесет вам никакого вреда, и вы можете проснуться, когда вам будет угодно». После этого предоставьте загипнотизированного вполне самому себе, и природа сама сумеет привести его, так сказать, из глубины предсознательной жизни в полное сознание.

Важное значение постгипнотических внушений. Благодаря своему продолжительному влиянию на наше предсознание постгипнотические внушения являются наиболее важными из всех гипнотических явлений. Обычные внушения, которые вы даете своим пациентам, например: «Вы будете себя чувствовать вполне хорошо, когда проснетесь, и ваше улучшение непрерывно будет продолжаться», — представляют не что иное, как постгипнотические внушения, потому что они относятся к тому состоянию, которое наступает по окончании гипноза. Из вышеизложенного вы вполне поймете важное значение и замечательное действие постгипнотического внушения.

Двенадцатая лекция

Состояние каталепсии. При гипнотизме встречается особое состояние, которое называют каталепсией; такое состояние часто показывают гипнотизеры на публичных представлениях. Я со своей стороны убедительно прошу вас не демонстрировать подобное состояние. Те из вас, кто присутствовал на гипнотических сессиях, безусловно, видели, как слабого сложения мужчины или женщины выдерживали на своем теле грузы в несколько сот фунтов, лежа между двумя стульями или столами, на которые опирались только головой и ногами. Такое явление представляет собой состояние мускульного оцепенения; при упражнениях некоторые лица развивают в себе очень значительную силу в этом направлении.

Каталепсию можно вызвать следующим образом. Допустим, что возле вас находится тот же самый мальчик, которого вы уже усыпляли и у которого вы вызывали обманы чувств, подробно описанные в предыдущих уроках. Сделайте теперь повторные пассы вдоль всего тела от головы до ног и скажите: «Ты становишься совершенно твердым, ты теперь уже не мальчик, ты сделался куском железа и не можешь теперь сгибать свое тело. Куда бы я тебя ни поместил и куда бы ни поставил, ты останешься твердым подобно трупу».

После этого вы подхватываете мальчика, падающего назад прямо в ваши руки, и помещаете его на два



Рис. 18. Состояние каталепсии

стула таким образом, чтобы его голова находилась на одном, а ноги на другом; теперь вы будете иметь перед собой характерный случай каталепсии. Вы заметите, что биение пульса у мальчика увеличилось; других признаков, указывающих на испытываемое мальчиком напряжение, вы, по всей вероятности, не найдете. После этого сделайте ему следующее внушение: «Ты не чувствуешь никакого напряжения; ты смог бы теперь выдержать всякую тяжесть, какую бы я ни положил на тебя». Действие этого опыта производит на зрителей сильный эффект. Быть может, мальчик потребует проделать то же самое в бодрствующем состоянии и, конечно, сильно удивится тем затруднениям, которые придется употреблять, чтобы поддерживать себя в подобном положении.

Опасность подобного состояния. Хотя каталептическое состояние и представляет лучшее доказательство могучей силы, вызываемой внушением, однако оно в то же время соединяется с громадной опасностью, о которой, насколько мне известно, не упоминалось ни

одним еще гипнотизером и ни в одном еще руководстве по гипнотизму. Опасность состоит в том, что привычка часто доводить мускулы до оцепенения и держать их в таком состоянии более или менее продолжительно во время сна может легко повести к тому (а это обыкновенно случается и при других привычках), что она укореняется в исполнителе.

Непроизвольное проявление каталепсии. Опасность постоянного вызывания каталептического состояния состоит в том, что лицу, в котором вызывали подобное состояние, во время естественного сна может присниться, что над ним проделывают каталептический опыт. Вследствие этого у него наступит состояние полного мускульного оцепенения, которое может продолжаться несколько часов подряд и от которого, случается, бывает невозможно его освободить. Подобное же мускульное напряжение никому не может принести пользы в физическом отношении и при повторениях влечет за собой расстройство нервной системы. Одно из лучших лиц-каталептиков, которых когда-либо можно было видеть на представлениях в Америке, в настоящее время находится в одном из лечебных заведений восточных штатов. Благодаря постоянным опытам его нервная система сильно расстроилась, и оно невольно стало впадать все чаще и чаще в каталептическое состояние. Конечно, несколько простых опытов с каталепсией не причинят вреда, однако все, что ограничит с грубостью и жестокостью, безусловно, отразится на загипнотизированном и может иметь для него очень серьезные последствия.

Тринадцатая лекция

Увеличение мускульной силы в гипнозе. В своей практике вы найдете, что в состоянии гипноза у некоторых из загипнотизированных вами лиц возрастает физическая сила. Под влиянием гипнотического внушения они делаются способными поднимать с пола такие тяжести, которые в нормальном бодрствующем состоянии они ни за что не подняли.

Его влияние на чувства. Таким же образом благодаря внушению чувство обоняния делается настолько изощренным, что гипнотизируемый чувствует и опре-

деляет запах на громадном расстоянии, в то время как другие его не ощущают. Также можно изощрить при посредстве внушения и зрение; в этом случае гипнотизируемый будет в состоянии прочесть такую мелкую печать, для которой ему в нормальном состоянии пришлось бы обратиться к помощи увеличительного стекла. Подобным же образом можно усилить, наконец, и чувство слуха до такой степени, что глухой будет слышать тиканье часов на довольно порядочном расстоянии. Вы, конечно, сознаете, какое значение имеет все вышеизложенное для доктора, который применяет гипнотизм как медицинское средство. Было много случаев, что глухота излечивалась при помощи гипнотизма. Во всех них гипнотической силой воспользовались, чтобы вызвать в слуховом нерве большую деятельность, чем та, которой он обладает в нормальной жизни. Глазной нерв благодаря внушению также можно укрепить и вследствие этого улучшить зрение и устранить слепоту. Во время лечения больных посредством гипнотизма для уничтожения указанных недостатков очень полезно поглаживать руками больные части тела.

Лечение головной боли. При лечении головной боли поглаживайте руками голову больного, внушая ему при этом, что прилив крови к голове прекратился и поэтому боль прошла и не возобновится; в этом случае очень полезно сильно тереть голову пальцами. Известно, что при помощи гипноза головная боль излечивается потому, что он успокаивает возбужденные нервы; это успокоение распространяется на кровеносные сосуды и устраниет скопление крови, вследствие чего уменьшается причинявшая боль давление на нервы. При лечении ревматизма достаточно внушил больному, что его ревматизм прошел и не появится вновь. Вы заметите, что во время его гипнотического сна можно спокойно класть руку на воспаленные части, между тем как в нормальном состоянии вы своим прикосновением к ним вызываете у него нестерпимую боль. Большой во время гипноза не ощущает той боли, которую воспаленное сочленение передает мозгу, а последний — сознанию. Ваше внушение, что в данной пораженной части тела нет боли, преодолевает первые влияния. Это приказание передается мозгом сознанию, которое принимает его за действительность.

Сущность лечения. Все это основано на том, что вы просто прекращаете сообщение мозга, то есть указывающего боль центра, с местонахождением боли, чувствуется ли она в плече, колене, или запястье, или в какой-либо другой части тела. На основании этого принципа при помощи гипнотизма можно излечивать все воспаленные части. Ваше внушение об аналгезии (потери болевой чувствительности), которое вы как бы даете мозгу, уничтожает связь между больным местом и сознанием, результатом чего является прекращение боли.

Указание полного исцеления. Пользуясь постгипнотическим внушением, вы имеете возможность на долгое время прекратить ощущение боли. Для этого вы говорите больному: «Твоя боль окончательно прошла и больше не возобновится». Своим внушением вы продолжаете прерывать сообщение мозга с местонахождением боли, и ревматизм проходит. Если же он снова появится (это часто случается), несмотря на ваши внушения, то вы должны снова загипнотизировать больного и опять повторить внушение. Вы всегда должны твердо помнить, что внушение представляет естественный лечебный метод и окажется вполне успешным, потому что в нем действует сама природа. Хотя, может быть, страдание и болезненные ощущения и будут возвращаться, однако проявления их будут делаться все слабее и слабее и, наконец, окончательно исчезнут. Само собой разумеется, оба способа лечения — лечение головной боли и лечение ревматизма — могут быть изменены различным образом.

Лечение ревматизма. При лечении больных, страдающих ревматизмом, я всегда начинаю с того, что постепенно усиливаю давление на воспаленную часть или тихонько пощевеливаю взад и вперед, например, руку, если она поражена болезнью, — сначала слегка, а затем все сильнее и сильнее. Одновременно с этим я внушаю больному, что боль исчезает, прошла и более не вернется. Всегда с первого же раза я имел возможность заставить больного посредством внушения поднимать и вытягивать руку, хотя прежде, по его словам, даже мысль пощевельнуть рукой причиняла ему страдания. .

Четырнадцатая лекция

Ценный прием. Восстановив в памяти способ постгипнотических внушений и пользуясь им, вы получите особое средство производить глубокое впечатление на гипнотизируемого. Усыпите своего пациента и, когда увидите, что он вполне находится под вашим влиянием, скажите ему: «Я дам вам такой талисман, при помощи которого вы во всякое время по своему желанию можете впасть в глубокий, здоровый сон. Как только вы вынесете из кармана этот талисман и посмотрите на него, вас немедленно охватит глубокий сон, хотя бы даже у вас и не было расположения ко сну». Возьмите теперь кусок бумаги или — лучше — свою визитную карточку и напишите на ней: «Спи». После этого прикажите пациенту открыть глаза и посмотреть на карточку, которую вы ему даете; при этом несколько раз настоятельно повторите, что всякий раз, как только он взглянет на карточку, он немедленно будет впасть в глубокий сон, так как будет слышать ваш голос, приказывающий ему спать.



Рис. 19. Гипноз при помощи написанного приказания

Его действенность при отсутствии гипнотизера. Вы поступите очень хорошо, если раздадите такие карточки своим знакомым, страдающим бессонницей, потому что, как это ни кажется на первый взгляд странным, достаточно вашему пациенту найти свой талисман и посмотреть на него, как он тотчас погружается в глубокий сон, хотя до этого он тщетно старалася заснуть, ворочаясь на постели. При взгляде на талисман у него наступает равновесие нервной системы, и он засыпает. Замечательной особенностью этого интересного опыта является то обстоятельство, что с течением времени сила куска бумаги не слабеет, и она так же будет действовать через пять лет, как помогает в настоящее время.

Гипноз на расстоянии. После двух или трех сеансов вы убедитесь, что гипнотизируемый настолько привыкнет к вашему голосу и способу вашего внушения, что вы будете способны погружать его в сон по телефону или письменно с таким же успехом, как если бы он находился перед вами.

Пятнадцатая лекция

Значение гипноза в врачебной практике. В практике каждого врача сплошь и рядом встречаются случаи для благоприятного применения гипноза, и врачи в настоящее время пользуются им с большим успехом. Каждый врач встречал при своей практике некоторые случаи болезней и бессонницы, зависящие от сильного возбуждения и переутомления мозга; подобные заболевания не поддаются действию медицинских средств; вследствие этого часто приходится прибегать к вспррыскиваниям морфия, что влечет за собой опасную привычку к морфинизму. Лучшим средством в подобных случаях, за исключением появления бреда, является гипнотическое внушение. Нет необходимости предупреждать читателя, что во время лечения не следует упоминать о гипнозе; случается иной раз, что простое упоминание слова «гипноз» раздражает нервы больного, который не имеет о гипнозе никакого понятия и относится к нему с предубеждением.

Способ применения внушений. Доктор должен сесть возле больного, взять его за руку и произнести спокой-

ным выразительным голосом: «Теперь полезно будет не давать вам никаких лекарств. Существует средство, при помощи которого я могу устраниТЬ у вас болезненные ощущения и низвести на вас глубокий, здоровый сон. Вы не должны волноваться и беспокоиться; исполняйте только буквально все, что я буду говорить. Пристально смотрите на меня прямо в упор и, пожалуйста, ни в коем случае не отводите от меня своего взора. Я уничтожу ваши страдания; некоторое время спустя у вас явится сонливость, и вы скоро спокойно заснете». После этого необходимо вызывать в больном самовнушение о возрастающей сонливости и т. п., о чем подробно говорилось в предыдущих лекциях; при этом не следует забывать, что в данном случае не должно производить опыты с вызыванием каталептического состояния.

Действие внушений. Почти вслед за внушением боль начинает уменьшаться; вследствие же ослабления боли начинает увеличиваться восприимчивость пациента к внушению, и дальнейшее внушение будет все сильнее и сильнее действовать на его сознание, так что он вскоре погрузится в глубокий сон. Когда будет ясно, что пациент заснул, доктор должен выпустить из своей руки его руку и приступить к нежным поглаживаниям ее сверху вниз, повторяя мягким и спокойным голосом формулу о том, что больной сейчас погрузится в глубокий, здоровый сон и проснется свежим, хорошо себя чувствующим и не ощущающим никакой боли. При всех таких случаях не следует производить опыты, связанные с прекращением мускульной деятельности; поэтому не нужно говорить пациенту: «Вы не можете открыть своих глаз».

Неуместность опытов. Не следует забывать, что в данных случаях совершенно неуместны какие-либо опыты. Вы должны ограничиться только положительным внушением и решительно потребовать от больного, чтобы он не спускал с вас глаз. Облегчение страданий и наступление сна зависит от успокаивающего действия внушения на нервы.

Дело в том, что внушение отвлекает внимание пациента от боли и направляет его на другой предмет. Отклонившееся с настоящего пути внимание не может уже на него возвратиться; человеческий же мозг не обладает способностью испытывать в одно и то же время два разнородных ощущения, поэтому пациент

будет чувствовать непреодолимое, то есть внушаемое, тем более что оно для него приятнее и лучше. Вследствие этого больной отнесется к внушениям врача с полным вниманием; повторение их окажет воздействие на мозговую деятельность и повлечет его выздоровление, более верное, чем от иных сильно действующих медицинских средств.

Отношение профессиональной медицины к гипнотизму. Мне очень хочется, чтобы каждый доктор вполне понял простоту гипнотических внушений и умел их применять. Однако я хорошо сознаю препятствия к этому; доктора слишком склонны к материальным средствам и относятся с некоторым пренебрежением к гипнотическим внушениям вследствие кажущейся простоты последних. Люди вообще составили себе странное представление о пригодности врачебных средств; ценность лекарства обусловливается его неприятностью или трудностью его получения. Хирургическая операция расценивается по степени ее опасности. О достоинстве же лекарства мы судим по вредному его действию на живую ткань или по ядовитым его свойствам при употреблении его в значительном количестве.

Могущественное действие простых средств. До сих пор мы не хотим понять, что самые простые средства могут быть одновременно самыми лучшими и что внушение является наиболее могучим фактором в достижении здоровья и счастья и устранении несчастья и нездоровья. Разум всегда правил и всегда будет править телом. Поэтому нашей обязанностью должно быть стремление действовать при лечении непосредственно на разум, который, в свою очередь, произведет известное действие на тело.

Шестнадцатая лекция

Влияние на нервных женщин. Среди массы способов, применявшихся для гипнотирования женщин, существует один, изобретенный лично мною; я с успехом пользуюсь им уже несколько лет. Выражаясь правильно, это скорее прием, чем способ, который следовало бы применять каждому доктору при лечении гипнотизмом; его скорее можно отнести к терапевтике внушения.

Метод счета. Попросите свою больную поудобнее расположиться на кушетке и скажите ей следующее: «В точности исполняйте все, что я велю. Я погружу вас в сон посредством счета вслух до известного числа; когда я буду называть числа, вы должны открывать глаза и снова закрывать их. Теперь же закройте свои глаза и держите их закрытыми до тех пор, пока я не начну считать; когда я скажу «раз», на секунду откроите глаза, взгляните на меня и снова закройте. Когда я произнесу «два», снова на секунду откроите глаза, снова взгляните на меня и снова закройте и т. д.». После этих слов начните считать от единицы до двадцати с промежутком между двумя последующими числами в пять секунд. Дойдя таким образом до двадцати, начните считать сызнова, т. е. снова от единицы до двадцати, делая между двумя числами паузу в десять секунд. После этого снова начнайте с единицы и теперь делайте между двумя числами остановку в пятнадцать секунд. В моей практике никогда не было случая продолжать настоящий прием более трех раз, так как больная, вследствие напряженного внимания, которое не покидало ее во все время счета, и вследствие желания точно выполнить эти простые упражнения, страшно утомлялась и после нескольких успокоительных внушений быстро впадала в глубокий сон.

Причина успеха этого способа. Сущность этого метода заключается в том, что, во-первых, он не требует ничего тяжелого для больной; во-вторых, внимание больной вплоть до наступления сонливости бывает напряжено; в-третьих, пустое упражнение с попеременным открыванием и закрыванием глаз производит чувство тяжести в веках, навевающее сон и увеличивающееся вследствие непрестанного закрывания глаз. Больная делается все более и более склонной к внушению и сну, так как закрывание глаз отвлекает ее внимание от окружающего, и сознание становится бездеятельным и не расположенным к возбуждению. Доктора передавали мне, что при помощи настоящего способа они вызывали сон даже в очень трудных случаях. Было бы большой ошибкой предполагать, что если на больного не оказывает влияние один способ, то на него также не подействует никакой другой.

Изучение пациентов. Вы всегда должны обращать внимание на расположение духа своих пациентов и принимать во внимание их восприимчивость к вну-

шению; при этом вы не должны забывать, что всякая новизна и малейшее волнение будут препятствовать им впасть в глубокий сон. Поэтому не нужно беспокоиться, если ваша больная, после нескольких попыток усыпить ее, скажет вам, что внушение не производит на нее никакого действия. Сохраняя полнейшее спокойствие, убедите ее, что она, как всякое сознательное существо, безусловно должна подчиниться гипнозу и что все затруднение заключается лишь в том, чтобы найти для нее подходящий прием.

Постоянное терпение. Существенная тайна, создающая успех гипнотизеру, заключается в том, что он никогда не должен пугаться неудачи и допускать возможность ее появления. Если ваш пациент совершенно не подчиняется внушениям о сне, когда он при этом лежит на кушетке или сидит на стуле, то попросите его встать, прикажите ему закрыть глаза и скажите, что вы усыпите его долгими магнетическими пассами. Сами теперь встаньте позади него и начните производить плавные пассы с головы до ног, подкрепляя их словесными внушениями. Внушайте ему, что у него явится сильное желание упасть назад и что его охватывает такая непреодолимая сонливость, что он скоро потеряется равновесие и упадет назад прямо вам на руки.

Полезность изменения способов. Сплошь и рядом случается, что благодаря перемене способа вы вызываете глубокий сон и сомнамбулизм у такого лица, которое до сих пор не подчинялось никаким внушениям. Все это основывается на том, что как вообще не встречается двух лиц, вполне похожих друг на друга наружностью и характером, так не существует и единого способа, посредством которого можно бы было одинаково действовать на всех. Вследствие множества указанных здесь приемов вы всегда можете выбрать наиболее подходящий для данного лица, как нормального, так и ненормального. При известной настойчивости, не допуская неудачи, вы всегда в конце концов добьетесь успеха, так как тайна гипноза заключается в том, чтобы произвести влияние на сознание другого; нужно только выбрать подходящий способ.

Семнадцатая лекция

Гипнотизм в зубоврачебном деле. В практике каждого зубного врача может встретиться бесчисленное

множество таких случаев, когда можно применить гипнотизм для устранения боли при операциях над чувствительным нервом. Подобные средства признают лишь лица, следящие за наукой о гипнотизме и умеющие его применять. Обыкновенные же зубные врачи принадлежат к числу таких лиц, которые предпочитают пользоваться вредными веществами вместо того, чтобы вызвать анестезию (безболезненность) естественным путем, указанным самой природой. Способность устраниить страдание присуща каждому человеку, так что применение лекарственных средств для уничтожения боли противоречит природным законам и вредно отражается на организме.

Блестящий предмет. В каждом зубоврачебном кабинете имеется достаточное количество различных хорошо отполированных, посеребренных или никелированных предметов и инструментов. Блестящий предмет скорее может привлечь внимание пациента, чем тусклый. Для уменьшения боли при зубных операциях и даже полного уничтожения ее зубной врач может сделать своему пациенту энергичное словесное внушение,



Рис. 20. Внушение при зубных операциях

ние, одновременно рекомендуя ему устремить взгляд на блестящий предмет, который находится приблизительно на расстоянии двух футов и имеет почти один дюйм в диаметре.

Необходимый совет. В настоящем случае также не нужно и даже было бы большой ошибкой со стороны дантиста произносить слово «гипнотизм» при его действиях с пациентом. Ему лишь следует внушить своему пациенту, что он не будет чувствовать никакой боли во время операции, если только неуклонно будет исполнять указания. После этого зубной врач должен приступить к усыплению, пользуясь изложенным в предыдущих лекциях способами; вскоре он заметит, что не представляет большого затруднения погрузить пациента в глубокий сон; с загипнотизированным пациентом он должен обращаться совершенно так же, как если бы последний находился в бодрствующем состоянии. Он говорит ему следующее: «Когда я проведу рукой перед вашим лицом, вы должны открыть свой рот и не закрывать его до тех пор, пока я не позволю этого. Вы не будете ощущать никакой боли, у вас не будет чувства неловкости и нервозности во все время, пока я буду пломбировать вам зуб. Когда же я скажу вам встать и выполоскать рот, вы не проснетесь. Вы будете исполнять все, что я вам ни скажу, не просыпаясь. После окончания операции вы ничего не будете о ней помнить. Вы не будете иметь никакой боли и никаких неприятных ощущений». Несмотря на то, что зубные врачи вообще не придают серьезного значения гипнотическим внушениям при совершении своих операций, в настояще время в Соединенных Штатах встречается уже немало дантистов, которые с большим успехом стали пользоваться гипнотизмом.

Почему зубные врачи не пользуются гипнотизмом. Вследствие того, что невежество публики по отношению к гипнотизму так велико, что некоторые больные ни за что не пошли бы к такому врачу, про которого бы они знали, что он производит свои операции под гипнозом, практика подобного врача сильно бы пострадала и ему, пожалуй, грозило бы судебное преследование. Теперь, однако, недалеко то время, когда гипнотизму, среди других болеутоляющих средств, по праву будет принадлежать первое место.

Восемнадцатая лекция

Гипнотизм — болеутоляющее средство. В то время как в Индии доктор Эсдэль, в Англии доктор Эллиотсон производили свои удивительные хирургические операции, анестезируя больных при помощи гипноза, вновь открытые хлороформ и эфир на некоторое время заслонили гипноз, так что последним перестали пользоваться при операциях. Хотя хлороформ имеет не одни только хорошие качества и, подобно какой-либо болезни, умертвил немало людей, все же нужно признать его достоинство и благодетельную помощь при умелом им пользовании. Все это, однако, не отрицает того факта, что в человеке покоятся особая сила, которая может уменьшать боль и окончательно ее уничтожать.

Сила в человеке. Сила находится внутри, и нужно уметь заставить ее действовать. Лучше всего можно призвать ее к действию посредством внушений, сделанных во время гипноза. Внущение гипнотизера: «Вы не чувствуете боли» — равносильно убеждению больного, что он не имеет боли. Из вышеизложенного вполне понятно, что в данном случае проявляется к деятельности собственная сила человека, хотя ее действие обусловливается внушениями постороннего лица. Гипнотизируемый иной раз и не знает этого и даже не верит этому; слушается, что вы не в состоянии убедить его в том, что эта сила составляет его собственность. Логическое объяснение данного случая вполне понятно вследствие обстоятельных пояснений.

Двойственность этой силы. Человек находится под влиянием двух сил, действующих параллельно. Одна сила побуждает идти вперед, другая задерживает; одна сила старается действовать, другая стремится остановить деятельность; одна сила заставляет страдать, другая препятствует страданию. Способность человека чувствовать боль служит убедительным доказательством того, что человек обладает также способностью не ощущать боли.

Религиозный экстаз. Существует особенное состояние умственной экзальтации, которая, постепенно увеличиваясь, может сообщить человеку такую способность, что он становится невосприимчивым к физическим страданиям. Такое явление можно наблюдать в начальные века христианства у первых мучеников.

Оно происходит при полном бодрствовании всех способностей и не может быть объяснено и подчинено действию гипноза. Человек во время подобного состояния не ощущает прикосновения раскаленного железа, ударов бичей, и физические страдания как бы изменяются в приятный и радостный экстаз. Я не думаю, что эти люди находились под влиянием религиозного безумия и благодаря этому оставались нечувствительными к страданиям. Причина всего этого заключается в том, что человеку присуща особая сила подчинять себе тело и уничтожать страдания; силу эту мы всегда, конечно, можем привести в действие, если сумеем найти правильное средство. В иных случаях таким средством является неожиданное потрясение; так, иногда бывает, что люди, страдающие тяжелой болезнью, моментально выздоравливают вследствие внезапного потрясения какой-либо неприятной новостью. Средство это также принимает иногда форму гипнотического внушения, когда гипнотизер приказывает, чтобы боль исчезла.

Святые места. Наиболее чтимые святые места также могут служить таким средством. Пример можно видеть в знаменитой пещере св. Анны де Бопр около Квебека, куда собирается множество больных с целью избавиться от продолжительных страданий. Им является также самовнушение или сильная вера во что-нибудь, например в христианские истины и вообще в Новый Завет. Из всего вышеизложенного вы должны твердо помнить, что сила эта всегда существует и, несмотря на разнообразие средств, вызывающих ее к действию, она всегда остается одной и той же.

Применение пассивного сомнамбулизма для уничтожения боли. Когда вам нужно будет вызвать в болезненном анестезию, то есть уничтожить у него чувство боли перед тяжелой хирургической операцией, вы должны ежедневно в продолжение двух недель подвергать его гипнозу, повторяя ему при этом одно и то же внушение приблизительно следующего содержания: «Я предполагаю, что вам доставит большое удовольствие поездка за город. Мы сядем вниз и займем поджидающий нас экипаж. Город с его длинными улицами остался за нами, мы едем полями вдали от шума и суеты. Теперь мы едем по опушке великолепного леса. Вы видите находящиеся перед нами деревья, вы слышите пение птиц. Вы видите растущие на опушке леса цветы. Все

это оказывает на вас приятное впечатление. Выйдем здесь из экипажа и будем бродить, наслаждаясь природой, по лесу. Вы идите по этой тропинке налево, я же пойду вправо; когда мы встретимся, вы мне расскажете, где вы были и что вы видели во время своей прогулки. Вас охватывает чувство удовольствия, вы будете чувствовать себя счастливым и вполне свободным. Все ваши боли и страдания исчезнут, и вы будете ощущать полное удовлетворение. Ничто не будет вас беспокоить. Вы не будете чувствовать совершенно никакой боли».

Влияние гипнотических сновидений. Теперь вы вызвали в больном состоянии пассивного сомнамбулиза, и он вполне убежден, что бродит в лесу. Для него это не сон, ему все представляется действительностью; с его уст срываются восхищения восхищения, он сильно оживляется; все это ясно показывает, как сильно он подчинился вашему внушению. Он чувствует себя, согласно вашему внушению, вполне счастливым. Во времена такого состояния вы можете подвергнуть его некоторым испытаниям, например сильно ущипнуть, повторяя одновременно настойчивые внушения, что он бродит в лесу, не ощущает никакой боли, а напротив, чувствует себя очень хорошо и вполне счастлив.

Повторение сна. Навевая на больного ежедневно те же самые видения с небольшими изменениями, если последнее окажется необходимым, вы связываете в его представлении две идеи — прогулки в лес и удовольствия. В день операции необходимо настойчиво повторять внушение, которое вы производили в продолже-



Рис. 21. Сновидения, навеванные с помощью гипноза

ние двух недель до операции. Конечно, усыпить его вы должны раньше того момента, когда возьмут его с кровати, чтобы отнести на операционный стол. Само собой разумеется, в тех случаях, когда предстоит серьезная операция, очень полезно пригласить на всякий случай опытного помощника для применения хлороформа, если первое возбуждение пациента будет настолько сильно, что преодолеет силу внушения.

Идиосинкразия гипнотизируемых лиц. Гипнотическая анестезия требует серьезного изучения. Трудно встретить двух человек, с которыми можно было бы поступать вполне одинаково. Одни впадают в столь глубокую летаргию, что совершенно не замечают операции. Другие, наоборот, бодрствуют и содействуют оператору, точно следя всем его указаниям и интересуясь операцией, будто посторонние наблюдатели. Встречаются и такие случаи, что страх операции преодолевает действие гипноза, и больной пробуждается при наступлении боли. Для подобных случаев, как я уже упомянул, оператор всегда должен иметь под рукой хлороформ, чтобы воспользоваться им, если окажется необходимым.

Коматозное состояние. В прежнее время, когда доктор Эсдэль погружал своих пациентов в глубокий месмерический сон, последние впадали в коматозное состояние, подобное полной летаргии и продолжавшееся от пяти до семи часов. Очень редко случалось, чтобы во время операции к кому-либо из его пациентов возвращалось сознание; если же последнее имело место, то было вполне достаточно простого приказания доктора, и больной снова немедленно впадал в глубокий сон. Вы должны направить все свои усилия к тому, чтобы ваши внушения погружали пациентов все в более и более глубокий сон. Я не придерживаюсь мнения современных гипнотизеров, которые из-за легкости усыпления слабым гипнозом пришли к странному заключению, что легкий гипноз по большей части оказывается благоприятнее для устранения боли, чем глубокий.

Значение глубокого гипноза. Я положительно уверен, что ни одна операция, даже самая незначительная, совершенная при состоянии легкого гипноза, не была безболезненна. Глубокий гипноз имеет еще то достоинство, что в нем сознание больного совершенно подчиняется оператору, и благодаря этому внушение гип-

нотизера, что боли не существует, принимается больным за истину. В состоянии же легкого гипноза больной не верит этому внушению, вследствие чего оно является совершенно бесполезным.

Девятнадцатая лекция

Мгновенный гипноз. Многие лица ради своих собственных интересов утверждают, что всегда можно мгновенно, одним лишь взглядом, загипнотизировать любого человека даже при первой встрече с ним. Хотя к таким рассказам и следует относиться с большой осторожностью, все же нужно признаться, что мгновенный гипноз возможен, хотя и редок. Вам уже известно, что при помощи постгипнотических внушений можно произвести на присутствующих такое впечатление, что достаточно одного прикосновения гипнотизера, чтобы кого-либо усыпить. Но подобное явление есть, как вы знаете, не что иное, как внушение, заранее данное гипнотизируемому, тотчас погружаться в сон, когда этого потребует гипнотизер. Все же существуют два способа — только два, — при помощи которых можно вызвать мгновенный гипноз.

Сценический прием. Первый из них можно применить только на сцене, потому что для получения успеха безусловно необходима блестящая обстановка сцены, которая производит у лица, подвергающегося опыту, некоторое смущение и страх. В то же время данное лицо должно верить в силу гипнотизма.

Поразительное действие страха. Я уже упоминал о поразительном действии страха, когда восприимчивость человека благодаря некоторым условиям становится повышенной. На самом деле страх как бы временно парализует умственные способности человека; во время подобного прекращения умственной деятельности можно дать ему столь сильное внушение, что он на продолжительное время погрузится в гипнотическое состояние. На мой взгляд, таких действий, на которые можно было бы смотреть как на чудо, никогда не было и не будет. Та сила, которой обладали древние пророки, обуславливала простую господством духа над телом. То же самое представляет история Неемана сирийского и злополучная судьба Ги-

зия, слуги Елисея. В настоящее время, если бы вполне здоровый человек внезапно заболел проказой, его болезнь приписали бы действию страха, сопровождавшегося внушением. По моему мнению, подобное явление вполне возможно при условии, что данное лицо было охвачено сильным страхом, во время которого ему сделали известные внушения. Страх парализует деятельность всей мускульной системы.

Публичный сеанс. Во время публичных представлений гипнотизер, сделав несколько интересных для публики опытов с известными ему лицами, обыкновенно приглашает для дальнейшего желающих из зрителей. В подобных случаях у кого-либо из присутствующих, вследствие насмешек знакомых и желания доказать, что его никак не пугают опыты гипнотизера, появляется желание выйти на сцену. Впечатление, произведенное только что виденным, и естественное опасение перед силой, понять которую он не может, порождают в его душе сильный страх; он, может быть, старается держаться бодро, на самом же деле он сильно взволнован. Самолюбие, однако, не позволяет ему отступить, и он, всеми силами стараясь овладеть собой, выходит на сцену. Гипнотизер же вследствие своего призвания замечает по внешнему виду характерные признаки страха и понимает, с кем ему придется иметь дело. Он знает, что вполне достаточно чем-нибудь смутить приближающееся к нему лицо для того, чтобы погрузить его в глубокий сон. Однако одного быстрого внушения мало для того, чтобы вызвать парализацию чувств, обуславливающую внезапное усыпление.

Наиболее употребительный способ. Гипнотизер подходит к краю сцены и в тот момент, когда изъявивший желание подвернуться испытанию поднимает ногу на эстраду, ударяет его рукой сзади по шее. Публика принимает это движение за несколько резкий способ помочь ему взойти. Удар же этот имеет целью усилить смущение вступающего на сцену. Не давая ему времени прийти в себя, гипнотизер ладонью другой руки довольно сильно нажимает на его подбородок. Последнее производит некоторый толчок на спинной хребет и доводит вызвавшегося до беспечительности. Он ощущает шум в ушах и теряет сознание. В это время гипнотизер решительно и уверенно произносит: «Спи, скорее спи. Теперь ты уже почти спишь». В большинстве случаев этот способ действует очень успешно. Под-

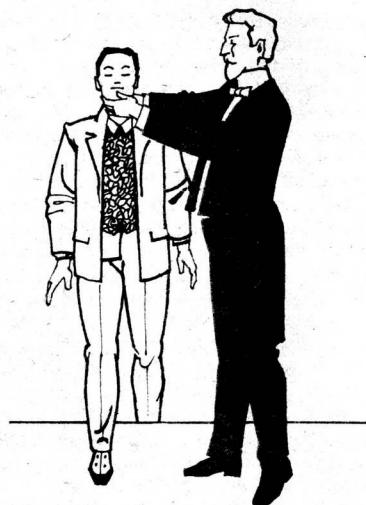


Рис. 22. Мгновенный гипноз посредством страха

вергающийся испытанию обыкновенно закатывает глаза и погружается в сомнамбулическое состояние. Этот моментальный сценический прием очень прост, но верен и неуловим. Удар по подбородку должен быть очень легок и незаметен для присутствующих; он ни в коем случае не должен быть причиняющим боль и грубым. Все производится очень быстро и обыкновенно сопровождается успехом.

Уничтожение размышлений при внезапном страхе. Другой способ мгновенного погружения кого-нибудь в гипнотический сон не нуждается в тех предварительных приготовлениях, о которых я упоминал в настоящем руководстве. Он заключается в том, чтобы быстро овладеть вниманием гипнотизируемого. Заметьте момент, когда он ничем не занят и его глаза рассеянно бродят по сторонам. Для выполнения этого опыта нужно обратить внимание того лица, которое хотят загипнотизировать, на какой-либо блестящий предмет и употребить при этом все старания, чтобы его глаза постоянно были устремлены на этот предмет и, не

отрываясь, всюду за ним следовали. Конечно, не следует при этом давать гипнотизируемому время для размышления; иначе он сообразит, что блестящий предмет не обладает над ним такой властью, чтобы принудить его поступать против своего желания. Для таких размышлений, повторю, гипнотизер не должен давать ему времени.

Быстрые внушения. Гипнотизируемый должен все время находиться под властью внушения и чувствовать, что блестящий предмет притягивает его, что он не может не следить за ним и что он не в состоянии бороться с этой силой. И вот взгляд гипнотизируемого становится как бы стеклянным, и зрачки глаз начинают передвигаться по тому направлению, по которому движется блестящий предмет. Тогда гипнотизер касается своей рукой его глаз, закрывает веки и произносит: «Ты еще не спишь и все же не в состоянии открыть своих глаз». Подобное состояние уже легко переходит в сомнамбулизм с сопровождающими последний иллюзиями и галлюцинациями.

Гипноз посредством телепатии. Существует еще один способ мгновенного гипноза, но вследствие своей непрактичности он не имеет такого большого применения, как предыдущие. Метод этот заключается в приведении в гипнотическое состояние через передачу мыслей, то есть посредством телепатии. При применении телепатического способа гипнотизер должен обладать способностью передавать свои мысли на расстояние; в этом случае иногда можно наблюдать такую глубокую связь между ним и какой-либо женщиной, что последняя немедленно будет ощущать его присутствие и силу, хотя до этого момента они друг с другом еще не говорили. Он может иногда таким образом погрузить ее в гипнотический сон.

Возможные при этом случаи. Несмотря на то, что подобные случаи имеют место очень редко, все же с ними приходится считаться; внешние их проявления почти всегда одинаковы, похожи друг на друга. По большей части проснувшееся лицо рассказывает, что оно ясно слышало гипнотизера, шептавшего ему на ухо: «Вы должны спать, засыпайте же скорее». Способность передавать на расстояние свои мысли приобретается при помощи постоянных упражнений. Способность эта является практическим применением искусства сосредотачивания. Мысль заключает в себе

известную силу, и передача мысли поэтому есть не что иное, как передача действующей силы.

Действие силы воли в месмеризме. Магнетизеры прежнего времени при гипнотизировании придавали больше значения действию своей воли и желания, чем магнитическому прикосновению. Конечно, и вы должны всегда иметь в виду, что осуществление каждого из необъяснимых явлений обуславливается с вашей стороны сильной волей и твердым желанием.

Двадцатая лекция

Воспринимчивость гипнотизируемых. В этой лекции я предложу вашему вниманию несколько приемов гипнотизирования, употреблявшихся лучшими в мире гипнотизерами и до настоящего времени еще не известных публике. Гипнотизеры, в случае удачного приведения кого-либо в гипнотическое состояние, обычно выражаются о данном лице: «Пойман». Такое выражение, несмотря на всю свою простоту, говорит очень много. Оно ясно показывает, что достаточно усыпить человека только один раз, чтобы всегда по своему желанию погружать его в гипнотическое состояние.

Образ действий. Один из знакомых мне гипнотизеров пользовался следующим излюбленным приемом: он сажал гипнотизируемого в кресло и обращался к нему со следующей речью: «Закройте глаза; теперь закатите под веками глаза как можно дальше под лоб и смотрите как бы в свой собственный мозг. Теперь вспомните себе, что вы не в состоянии поднять веки. Употребите все усилия поднять веки и одновременно закатывайте глаза вверх. Вы убедитесь, что не в состоянии раскрыть глаза. Страйтесь сколько угодно. Теперь перенесите свои мысли к тому месту в мозгу, где ваши глаза, и вы тотчас погрузитесь в глубокий гипноз. Вы ничего не будете слышать из того, что делается в комнате; вы будете совершенно глухи ко всему, кроме моего голоса». Этот метод очень часто сопровождается успехом, так как почти всегда неподвижность век влечет за собой сомнамбулизм.

Второй столь же успешный способ. Второй способ быстро привести кого-либо в гипнотическое состояние заключается в том, что заставляют смотреть гипноти-



Рис. 23. Закатывание глаз под веками

зируемого обоими глазами на кончик своего собственного носа. От этого получается косоглазие, которое производит сильное утомление на глазной нерв.

Самогипноз. Для того чтобы усыпить самого себя, вы можете воспользоваться следующим способом. При этом методе вы гипнотизируете самого себя. Для достижения успеха вы должны поступать следующим образом: закройте глаза так, чтобы они были чуть-чуть, едва-едва полуподкрыты; для этого опустите веки таким образом, чтобы вы могли все-таки кое-что видеть. Голову откиньте назад и, снова повторяю, не совсем опускайте веки; пусть ваш взгляд будет направлен вниз, к ногам. В результате появится безусловное утомление глаз — верный признак наступления сна.

Поворачивание головы. Гипнотизеры, дающие публичные сеансы, для быстрого приведения в гипнотическое состояние трудно поддающихся гипнозу лиц часто пользуются следующим способом. Они дают такому лицу в руки какой-нибудь блестящий предмет и, в то время как тот его рассматривает, берут его за голову и раз пятнадцать или двадцать поворачивают ее. Конечно, эти повороты они производят осторожно, не причиняя гипнотизируемому боли. Этот метод производит значительное изменение в кровообращении; бла-

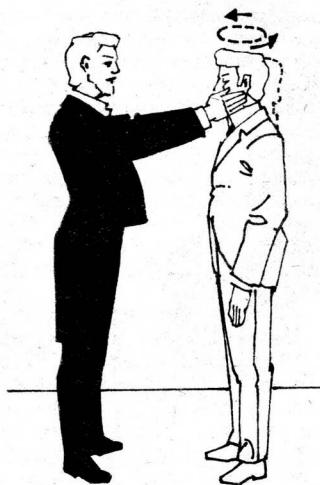


Рис. 24. Поворачивание головы

годаря ему вызывается отлив крови, который влечет за собой сонливое состояние.

Намагнетизированная вода. Магнетизеры прежнего времени часто пользовались для вызывания гипнотического состояния следующим способом. Они брали в руки стакан с водой и опускали в воду два пальца правой руки. Все это они, конечно, производили в присутствии гипнотизируемого. При этом они утверждали, что теперь при помощи силы передали магнетизм воде, поэтому стоит только гипнотизируемому выпить эту воду, как у него появится сильная сонливость; благодаря этому легче вызвать у гипнотизируемого магнетический сон.

Намагнетизированная бумага. Другие гипнотизеры стали вместо воды магнетизировать бумагу; для этой цели они брали два листка бумаги и держали их в руках по несколько минут в присутствии гипнотизируемого. После этого они передавали бумагу подвергнувшемуся опыту и просили его держать ее с закрытыми глазами, непрестанно и упорно думая о том ощущении, которое он испытывает от соприкосновения с на-

магнетизированной бумагой. В этом случае сосредоточенность пациента производит на него глубокое действие, может быть, помогает также и магнетизм бумаги; результат — быстрый гипноз.

Внушение сна при помощи электричества. Польза электрического тока при внушениях еще не вполне понята современными гипнотизерами, хотя нет ни одного внушения сильнее, чем оказываемое электрическим током; последний производит глубокое действие на нервную систему и вызывает усиленную сосредоточенность мысли гипнотизируемого о неизбежности сна. В моей практике бывали такие случаи, что подвергавшиеся опыту под влиянием слабого электрического тока в связи с настойчивым внушением погружались в глубокий гипнотический сон, между тем как одно словестное внушение не произвело на них почти никакого впечатления.

Употребление кристалла. Для того чтобы увеличить сосредоточенность, которая содействует наступлению гипноза, я часто применял так называемое созерцание кристалла. Подобное состояние иногда так сильно приближается к ясновидению, что является почти тождественным с ним. Обыкновенно при созерцании кристалла человек впадает в состояние сознательной бездеятельности и предсознательной деятельности, а последнее характеризует наступление сомнамбулизма. Для созерцания кристалла возьмите какой-нибудь хорошо отполированный предмет, например серебряный кружок или правильно отшлифованный кусочек кристалла, и посоветуйте интересующему лицу каждое утро и каждый вечер сидеть по пятнадцать минут перед кристаллом, пока он не будет видеть на его поверхности различные изображения и картины.

Возможность видеть изображения в кристалле. Способность видеть изображения в кристалле приходит с практикой. Может быть, первые сеансы и не будут иметь успеха, то есть смотрящее в кристалл лицо ничего не увидит; но все же постепенно у него вырабатывается способность видеть на поверхности кристалла различные отчетливые изображения. Тождественность этой силы с ясновидением поразительна. Находящийся перед кристаллом видит в нем не только образ желаемой особы, но он также может узнать, чем она занята в настоящий момент. Иной раз на кристалле появляются слова, имеющие известное отношение

к изображению, и благодаря им смотрящий в кристалл получает возможность иметь от желаемого лица телепатические сообщения.

Зависимость гипноза от внимания, а не от кровообращения. Необходимо признать как факт, что гипноз не обуславливается кровообращением; предположение, что гипноз может иметь место только в том случае, когда голова холодна и кровь отхлынула от мозга, не имеет достаточных оснований. Наоборот, гипноз часто наступает во время прилива крови к мозгу, вследствие переполнения мозга последней. На мой взгляд, гипноз главным образом зависит от степени сосредоточенности гипnotизируемого, чем бы она ни вызывалась. На основании этого я рекомендую вам совместно с другими методами применять также способ медленного и глубокого дыхания. Конечно, при этом вы должны дать понять гипnotизируемому, что от сосредоточивания внимания на дыхании у него так же легко может наступить гипнотическое состояние, как и от внимательного созерцания блестящего предмета.

Вызывание сна через увеличение углекислоты в теле. Увеличение углерода в дыхательной системе может служить методом в деле наведения сна. Это столь же верно, как допустимо и обратное этому. Во многих случаях гипnotизируемые, которые ранее упорно отказывались применять какие-либо другие приемы, обыкновенно погружаются в глубокий сон, если только вы научите их постепенно задерживать дыхание, делая его очень медленным и не вполне достаточным для их потребностей; основная причина заключается здесь в чувстве легкого недомогания. Что же касается феноменальных условий транса, наводимого на самих себя некоторыми индийскими факирами или отшельниками, то здесь, на мой взгляд, они развили в себе искусство сосредоточивания до высшей степени совершенства, направляя все свое внимание на акт дыхания и постепенно устранив его до такого предела, при котором вся дыхательная система делается насыщенной углекислотой. Это является процессом медленного отравления, которое, если доведено до крайности, может причинить вред организму; однако если все это предпринимается без боязни и сомнения, то его действие немедленно выразится в задержке деятельности сердца и в склонности к дремоте благодаря устранению из дыхательной системы возбуждающего действ-

ия кислорода; в результате появляется оцепенение, которое приблизительно можно сравнить с испытываемым нами в повседневной жизни ощущением при пребывании в комнате, атмосфера которой слишком насыщена углекислотой. В таких случаях вы всегда замечаете чувство тяжести, которое быстро переходит в сон. Когда вы по своему желанию благодаря силе воли делаете дыхание менее частым, появляется сначала дремота, а затем и сон. Итак, в этом случае состояние самогипноза вызывается при помощи сосредоточения внимания.

Превращение самогипноза в гипноз. Если имеется налицо гипnotизер, который делает известные внушения гипnotизируемому, то самогипноз переходит в гипноз и гипnotизируемый подчиняется внушениям гипnotизера. Но если гипnotизер отсутствует, то лицо, производящее опыты, пребывает в состоянии самогипноза до тех пор, пока не вздумает проснуться.

Пользование самовнушением. В этом случае подвергающий себя гипнозу прежде всего должен прийти к известному решению относительно того, сколько времени он будет спать, а именно один час или два. Все это ему, подобно гипnotизеру, следует внушить себе. Он может устранить свои страдания подобно тому, как гипnotизер уничтожает боль. Конечно, ему невозможно вызвать в себе те явления, которые имеют место, когда внушения производятся другим лицом, но все же он в состоянии избавить себя от меланхолии, нервозности, бессонницы, неуверенности, плохой памяти, усталости, дурных привычек и т. п.; одновременно он может изменить свой характер и улучшить здоровье.

Способ образования мускульной усталости. Существует еще один довольно хороший способ для приведения в гипнотическое состояние такого человека, на которого не действуют все вышеуказанные методы. Попросите гипnotизируемого встать, сделать глубокий вздох и поднять руки, согнув их в локтях; в таком положении велите ему секунд на восемь задержать дыхание и до такой степени напрячь все мускулы, чтобы все тело как бы одеревенело. По прошествии восьми секунд позвольте ему ослабить мускулы, дав ему для этого восьмисекундный отдых. Во время отдыха попросите его дышать медленно, но глубоко через нос. После отдыха велите повторить то же самое упражнение, то есть сделать новый вздох, вновь задер-

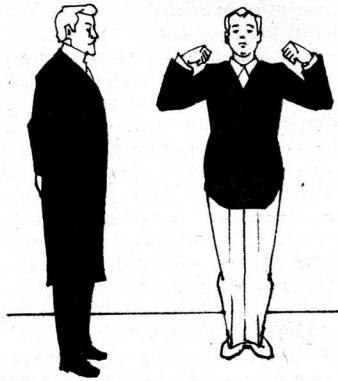


Рис. 25. Погружение в гипноз при помощи образования мускульной усталости

жать дыхание на восемь секунд и снова привести в напряженное состояние все мускулы тела. По прошествии этих восьми секунд заставьте опять повторить упражнение, дав на этот раз десять минут отдыха, в течение которых гипнотизируемый должен медленно и глубоко дышать. После всего этого он почувствует полную физическую усталость, и тогда вы должны посадить его на стул и дать ему созерцать какой-нибудь блестящий предмет. Благодаря чувству утомленности сердце его начнет биться гораздо медленнее, чем обыкновенно, и гипнотизируемый вместе с ощущением усталости почувствует непреодолимую сонливость. Во время такого его состояния ваши внушения встретят в гипнотизируемом очень подходящую для себя почву, то есть он не окажет вашим внушениям того сопротивления, которое он проявил бы, когда его ум и тело были полны деятельности.

Двадцать первая лекция

Ясновидение, его сущность. В Шотландии и главным образом в Дании часто встречаются такие семьейства, некоторые члены которых обладают особой способ-

ностью, которую они называют «вторым зрением». Способность эта обыкновенно бывает у них наследственной. «Второе зрение» представляет собой не что иное, как то, что принято теперь называть ясновидением. Вероятно, в нем отражается особое созерцательное знание, или, говоря иначе, ясновидение является особым психическим состоянием, отчасти даже ненормальным.

Ясновидение, как можно видеть на жителях Дании и Шотландии, может быть естественным и вызванным при помощи гипноза. Ясновидящие во время гипнотического сна делали поразительные предсказания. На основании опытов можно заключить, что способность ясновидения нельзя отождествлять со способностью читать мысли окружающих.

Его отличие от передачи мыслей. Отличие ясновидения от телепатии заключается в том, что в телепатии имеют дело с тем, что уже произошло или происходит и известно кому-либо из присутствующих, с которым читающий мысли находится в психическом сношении, между тем как при ясновидении лица, обладающие этой способностью, предсказывают будущее и предугадывают грядущие события. Проявления ясновидения очень разнообразны и в высшей степени удивительны. Сначала я дам вам необходимые наставления для вызывания ясновидения и после этого приведу один из многочисленных примеров поразительной способности ясновидения.

Развитие ясновидения в гипнотизируемых. Для того чтобы развить способность ясновидения, вы должны выбрать такое лицо, которое наиболее обладает качествами сомнамбулиста, потому что последнее более способно к ясновидению, чем то, которое впадает лишь в легкий гипнотический сон. Если вы найдете такое лицо, которое по пробуждении ничего не помнит из того, что происходило с ним во время сна, которое точно исполняет постгипнотические внушения и в котором вы легко вызываете по своему желанию обманы чувств, то данное лицо с каждым разом будет впадать все в более и более совершенное состояние «второго зрения», или ясновидения. Это лицо постепенно разовьет поразительную точность в предсказывании будущего, оно одновременно будет способно дать подробное описание того, что происходит на расстоянии, и вообще оно будет обладать способностью направ-

лять свой дух туда, куда пожелает, между тем как его тело будет находиться в кресле.

Образ действия. Для того чтобы привести известное лицо в состояние ясновидения, вы должны сначала погрузить его в глубокий гипнотический сон. После этого встаньте около него и скажите: «Стремитесь дальше и дальше. Спите крепко: теперь ваш дух достаточно свободен для странствия там, где он ни пожелает; он сообщит нам о том, что случилось в тех странах, где вы еще никогда не бывали». Затем вам следует сделать несколько внушений для усиления сна и произнести: «Вы мне расскажете все, что видите. Вы мне передадите обо всем, что вы во время путешествия увидите глазами духа. Я посыпаю вас теперь за океан, и вы мне подробно сообщите обо всем, что делается в моем доме в Англии, и опишите людей, которых увидите там, и места, которые посетите. Ваш дух обладает крыльями, и вы можете лететь сейчас же. Теперь вы уже перелетели океан; теперь вы уже прибыли туда; говорите же мне, где вы и что вы пред собой видите».

Путешествие ясновидящего. Когда вы будете говорить избранному вами лицу эти слова, пред его глазами постепенно будет развертываться панorama того путешествия, в которое вы желаете отправить его дух. Сначала загипнотизированный будет не вполне удачно передавать то, что он видит, но постепенно, по мере практики, он разовьет в себе способность давать подробные и точные сообщения. Основательно исследуйте достоверность того, что он передает вам, но избегайте критиковать его словом и взглядом; последнее могло бы обескуражить его. Наоборот, приведя загипнотизированного в состояние ясновидения, вы должны давать ему ободряющие внушения. Он должен сознавать, что его деятельность очень цenna; для этого вам следует, отдавая ему приказания и делая предостережения, передавать только то, что он видит, постоянно оказывать ему помощь своими советами.

Отношение к ясновидящим. В подобных случаях вы должны отбросить вполне естественное желание критиковать — стремление, свойственное каждому испытателю. Вы никогда не должны забывать, что имеете дело не с обычным, но с очень нежным, тонко чувствующим человеком, склонным к недоверию и слишком близко принимающим к сердцу несправед-

ливость. У вас не будет много причин жаловаться на добросовестность ясновидящих, которых вы привели в подобное состояние при помощи гипнозма. Гораздо лучше продельвать опыты со своими ранее загипнотизированными лицами, чем с профессионалами. Тогда вы в непродолжительном времени будете иметь вполне точные сведения; однако я не могу отрицать, что большинство профессиональных медиумов безусловно честно относятся к своему делу.

Верное сообщение о замечательном ясновидящем. Следующие случаи ясновидения были засвидетельствованы в 1842 году Леройем Сюндерлендом, хорошо известным исследователем. Они предлагаются вашему вниманию не потому, что в настоящее время редко случаются подобные вещи, а потому, что теперь на практике мало известно о них и они как раз находятся у меня под рукой. Перечислив несколько проявлений магнетизма, автор (Л. Сюндерленд) продолжает: «Никто, кроме меня, не был способен разбудить его (загипнотизированное лицо). Оно будет беседовать только со мной, за исключением того случая, когда я пожелаю ввести в разговор другого человека, для чего я должен ввести последнего в общение с ним, соединив их руки».

Уничтожение чувства слуха. «Оно ничего не слышит, кроме моего голоса или шума, произведенного мною же. Я был свидетелем, как Г. выстрелил из ружья на расстоянии фута от него, и оно не обнаружило никаких признаков, что слышало выстрел. При закрытых глазах оно расскажет вам — ем ли я или пью; оно точно знает также, когда я ухожу из комнаты и когда я возвращаюсь в нее. При этом обратите внимание, что никто из нас не видел ничего подобного и мы были совершенно неподготовлены к этим явлениям».

Передача вкуса. «Однажды вечером, когда оно погрузилось в такой сон, на столе лежали яблоки, виноград и орехи. Я начал есть яблоко, оно тотчас заметило: «Это хорошее яблоко». Я взял после этого немного винограда и спросил его: «Что же, собственно, я ем?» Оно ответило мне вполне правильно. Г. подал мне тогда уксус, который я стал пробовать; оно тотчас закричало: «Для чего вы пробуете эту кислую жидкость?» Г. дал мне тогда несколько кусков сахара и т. д.; во всех случаях оно точно знало, что я ел или пил, как бы пробуя то, что пробовал я. Положение его,

однако, было таково, что оно абсолютно ничего не могло видеть из того, что я брал, если бы даже его глаза и были открыты».

Передача чувств. «Мы также открыли, что загипнотизированное лицо, совершенно не ощущавшее причиняемой ему самому физической боли, чувствовало каждую боль, которую испытывал я. Когда мне ушипнули руку, оно тотчас отдернуло свою и терло то место, где меня ушипнули. Когда вырывали у меня волосы, загипнотизированное лицо кричало: «Для чего дергаете мои волосы?»

Передача мыслей. «Скоро я обнаружил, что оно часто начинает говорить о том, о чем я думаю в данную минуту. Однажды вечером, когда мы проделывали опыты над его странными способностями, я взял в рот кусок яблока и сказал при этом: «Виноград, который я ем, восхитителен». Гипнотизируемое лицо возразило мне: «Вам не следует пытаться обмануть меня; я знаю все ваши мотивы и мысли; да, я вижу вполне ясно все ваши идеи». Я дал тогда знать третьему лицу написать на клоичке бумаги несколько вопросов о различных предметах, выбрав, конечно, такие, на которые оно могло бы ответить. После этого я взял записку, сел возле него и стал мысленно предлагать ему вопрос за вопросом, не производя никакого шума и не произнося вслух. Когда я мысленно задал вопросы, загипнотизированное лицо начало говорить и правильно на них отвечать. Обратите внимание: с того момента, как я взял записку в руку, и до той минуты, когда оно ответило на последний из вопросов, я не произнес ни одного слова. Из этих и других подобных опытов мы могли вполне убедиться, что оно действительно знало все, что проносилось в моей голове».

Способность проникать внутрь человеческого тела. «Когда однажды вечером я снова погрузил его в подобное состояние, я был нездоров и кашлял. Я спросил его, как я могу избавиться от кашля. На это оно ответило: «Вы должны внимательнее относиться к себе, так как простуда может отразиться на ваших легких; я хорошо вижу, что они воспалены». Из дальнейших вопросов я вполне убедился, что загипнотизированное лицо так же хорошо видит и знает мое состояние, как свое собственное. Теперь я подхожу к чрезвычайным и удивительным явлениям. Я имею

в виду ясновидение, или способность видеть, что происходит на известном расстоянии. В этой способности или упражнении загипнотизированное лицо совершенствовалось с каждым сеансом подобно тому, как человек совершенствуется в чем-нибудь посредством практики. Наши опыты в ясновидении еще не увенчались большими успехами, когда оно стало уже само собой впадать в сон».

Опыты при ясновидении. «В этом направлении было произведено много опытов, так что загипнотизированное лицо стало способным рассказывать, что происходило в соседней комнате; также оно могло передать, что случилось на расстоянии двух миль.

Двоюродный брат Г. отправлялся в другую комнату и производил там беспорядок в мебели: опрокидывал стол, клал стулья на кровать или перемещал их на другие места. Когда я просил его мысленно заглянуть в другую комнату, оно обыкновенно говорило: «Зачем стулья на кровати, почему все в таком беспорядке?»

Когда же я спрашивал его о подробностях, оно давало мне точное описание расположения вещей. После этого я послал его дух в мою комнату в отель за городом на расстоянии двух миль. Загипнотизированное лицо описало все находящиеся в ней предметы, даже висевшую на стене картину. В этом помещении оно никогда прежде не было. Из этих опытов, которые доставляли нам много удовольствия, ясно вытекает, что оно каким-то образом могло видеть такие вещи, которые не могут быть наблюдаемы при помощи находящихся в распоряжении людей обыкновенных способностей. На повторных сеансах оно известило меня, что происходило у отца и капитана В.; все это оно передало мне так точно, как будто там находилось. Мы обыкновенно ни с кем не договаривались, чтобы проверить достоверность его сообщений, поэтому у нас нет свидетелей».

Путешествие души. «В рождественский сочельник я, по обыкновению, направил его к В. Оно немедленно стало рассказывать: «Альмира больна». Когда я спросил его, что с ней и сильно ли она больна, оно ответило: «Она простудилась, и теперь у нее небольшая лихорадка, однако ей немного лучше и она не так больна, как я сначала предполагал». Когда же я его спросил, чем они занимаются, оно ответило мне:

«Отец В. сидит без сапог перед огнем и греет ноги, мать В. также сидит там и держит на руках ребенка. Эльза одевается или переодевается». Было приблизительно 9 часов вечера. Я никогда не разумевал еще, правда ли все это или ложь. Седьмого же или восьмого января я получил от своей матери письмо от 24 декабря (рождественский сочельник), в котором она сообщала, что у Альмиры была легкая лихорадка в соединении с сильной и теперь ей гораздо лучше. Когда мы спрашивали загипнотизированное лицо, видело ли оно все это, оно обыкновенно отвечало: «Я не думаю, что я все видел своими глазами, но я все же знаю о них. Как же я получил эти знания, я не могу рассказать».

Прозрачное состояние. В подобное состояние можно привести чувствительного человека посредством гипноза. Существует еще одна способность, свойственная ясновидящим, которая выражается в умении определять болезни умственным оком. Такое состояние, известное под именем «прозрачности», некоторое время принималось за следствие продолжающегося гипноза. Впрочем, я встречал его очень редко, однако теория простого внушения не представляет ничего сомнительного и необъяснимого. Когда ваш пациент находится в глубоком гипнотическом сне и вы из этого состояния приводите его в состояние ясновидения, обыкновенно он будет видеть духовными глазами внутренние органы человеческого тела и легко определит болезни при помощи этого высшего созерцания. Например, если вы обратитесь к нему с просьбой исследовать вас и объяснить вам, что с вами, оно даст вам приблизительно такой ответ: «Я ясно вижу ваш мозг. Я вижу ваше сердце. Оно, по-видимому, несколько увеличено или нормально. Я вижу ваши легкие. Одно из них поражено. На мой взгляд, оно охвачено туберкулезом».

Определение болезни при помощи ясновидения. В подобном состоянии загипнотизированный обладает способностью видеть органы человеческого тела; хотя зам и не следует безусловно доверять всему, что говорит загипнотизированный, но все же нужно помнить, что перед вами находится такой человек, который может знать многое из того, о чем вы не можете дать себе ясного представления. Поэтому не прерывайте его речи, так как в иных случаях только он один способен правильно определить вашу болезнь.

Двадцать вторая лекция

Гипнотизм — лечебное средство от алкоголизма. Для большей наглядности я в своих лекциях там и здесь упоминал о лечении некоторых болезней, как-то: головная боль, ревматизм, страх и т. п. В особенности же огромную пользу может принести гипнотизм при лечении лиц, пристрастившихся к чему-нибудь, например пьяниц, морфинистов. В подобных случаях его сила стоит вне всякого сомнения. В настоящее время во всех странах существует громадное количество средств для лечения такого рода больных; когда все эти средства были подвергнуты точному исследованию, к сожалению, оказалось, что они главным образом состоят из под кожного вспрыскивания стрихнина, атропина, белены, индийского экстракта или другого возбуждающего вещества; внушению же, которое делает доктор находящемуся в бодрствующем состоянии пациенту, почти не придается никакого значения.

Недостаточность материального лечения. Если вы проанализируете эти процессы, то увидите, что лечение в них основывается на тоническом действии на нервы, то есть в этом случае применяется физиологический способ устранения наклонностей.

При привычке же к алкоголизму заключается в известном психическом состоянии. Необходимо, чтобы вы знали об этом. Это просто известное состояние духа. Поэтому лечение этой страсти заключается в лечении болезни духа. Это положение не нуждается в доказательствах. Оно само по себе ясно, и его нельзя опровергнуть. Эта страсть духовно нарождается и духовно же исчезает. Рост привычки всецело зависит от духа, который ее поддерживает и питает или устраниет и искореняет.

Способ лечения. Ваши внушения пациенту, имеющие наклонность к алкоголю, безусловно, должны быть вполне положительны и строги. Следует производить внушения следующим образом: «В вас заключается особая сила, которой вы до сих пор еще не пользовались, чтобы избавиться от своей страсти. Способность эта или сила теперь приведена в действие, так что ваша наклонность не имеет уже над вами прежней власти. Впредь вы уже не будете чувствовать такого сильного

влечения к алкоголю в какой бы то ни было форме. Вы влечили жалкую жизнь раба, абсолютно подчи-нились своей страсти и перестали быть сознательным созданием. С настоящего момента вы свободны от этого рабства. Вы увидите, что ваша сила воли будет помогать вам и вы скоро станете таким же человеком, как и другие. Вы не будете ощущать ни боли, ни страдания, так как ваша наклонность к возбуждающим средствам будет уничтожена. С каждым днем вы будете чувствовать себя сильнее и менее нервными; ваше здоровье восстановится. Вы станете жизнерадостны и бодры».

Повторение внушений. В продолжение первой недели вы должны погружать своего больного в гипнотический сон по два раза в день. На второй неделе будет вполне достаточно усыплять его по одному разу в день. Такого плана следует придерживаться до конца месяца, и тогда лечение можно считать оконченным. Страсть к возбуждающим средствам необходимо уничтожить уже при первых сеансах, вызывая в голове загипнотизированного отвращение и ужас к алкоголю.

Морфинизм и коканизм. Таким же точно способом лечения вы должны пользоваться при искоренении наклонности к опиуму и кокаину; при этом вы должны помнить, что в подобных случаях вследствие принимаемого яда у пациента образовался вероломный и лживый характер. Поэтому вы не должны слишком доверять тому, кто пристрастился к морфию или кокаину. Нравственные чувства у него обыкновенно извратились, и страшный эгоизм затемняет понятия о справедливости и несправедливости. Привычку пользоваться морфием и кокаином так же следует уничтожить уже при первых сеансах. Уничтожить ее нужно с корнем.

Вред лекарств. В большинство лекарств для лечения подобных болезней входит в небольшом количестве морфий или алкоголь. Однако, к сожалению, невозможно совершенно обойтись без лекарств. Страх пациента сильно увеличивает его душевные и телесные страдания, и поэтому в подобных случаях, прежде чем погрузить его в гипнотический сон, полезно дать для успокоения нервной системы немного «Sulfonal'a», благодаря чему он засыпает скорее. В таких случаях иногда может оказаться громадную пользу воображение пациента; «Sulfonal» достаточно дать ему один или два

раза, а затем вы можете перестать им пользоваться; вы легко можете его заменить каким-либо безвредным порошком, не имеющим никакого вкуса, который вы всыпаете в его присутствии в стакан с водой, и говорите при этом пациенту, что этот порошок быстро его успокоит, вследствие чего он скоро погрузится в глубокий сон. Пациент обыкновенно верит и принимает новую порцию «Sulfonal'a»; благодаря глубокой вере пациента его нервная система успокаивается, он начинает чувствовать приятное ощущение покоя и скоро переходит в пассивное состояние.

Значение «хлебной пилюли». На этом основано объяснение могущества «хлебной пилюли», которую врачи прописывают своим пациентам в качестве чего-нибудь. Ее действие, конечно, само по себе ничтожно, но воображение пациента попутно с внушениями доктора придает ей особую силу.

Помощь электричества. В качестве вспомогательного средства при лечении подобных привычек я могу рекомендовать также пользование слабым электрическим током, который, в соединении с внушениями, быстро погружает больного в глубокий сон. В большинстве случаев сам пациент считает недостаточным одно-го словесного внушения для уничтожения болезни; в этих случаях электричество оказывает большую помощь, усиливая внушение. Вообще вам никогда не следует пренебрегать ни одним средством, каким бы простым оно ни казалось вам, для влияния на воображение своего пациента.

Двадцать третья лекция

Пробуждение загипнотизированного. Всегда будите своего загипнотизированного посредством постепенного счета: «Раз, два, три, проснитесь». Вы не должны его будить, дергая за пальцы или прикасаясь рукой к его лицу или к какой-либо другой части тела. Действие от этого на его нервы будет подобно тому, как если бы вы внезапно разбудили кого-нибудь от нормального сна, облив его холодной водой. Предоставьте ему время постепенно проснуться и перейти из глубины предсознательного состояния к вполне сознательной жизни. Иные лица, находившиеся в глубоком сне, бы-

вают ослеплены и чувствуют некоторое время после пробуждения головокружение.

Пассы для пробуждения. Будет вполне достаточно, если вы оставите его некоторое время на стуле и несколько раз осторожно проведете своей рукой снизу вверх от подбородка ко лбу, говоря, что через некоторое время он будет чувствовать себя очень хорошо.

Устранение галлюцинаций. Если вы вызвали в ком-либо из гипнотизируемых иллюзии (обман чувств) и галлюцинации, то всегда перед окончанием опыта должны устранить их. Вообще не следует никогда оставлять впечатлений, произведенных вами во время опытов в уме загипнотизированного. Можете сделать твердые и положительные контргнущения, погружая при этом загипнотизированного в глубокий сон. Вы должны убедить его, что он вполне здоров, крепок, свободен от всякой нервозности и что все внущенные во время настоящего и прошлого усыпления идеи теперь устраниены, так что он не будет иметь никаких галлюцинаций в состоянии бодрствования.

Невольный самогипноз. Вы, может быть, увидите, что некоторые лица, очень заинтересовавшись гипнотизмом, будут иногда непроизвольно впадать в гипнотическое состояние несколько раз в течение дня; поэтому вас будут приглашать для того, чтобы раз-

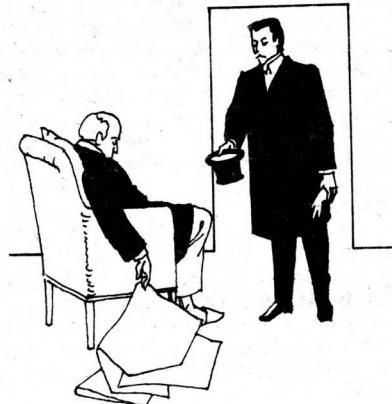


Рис. 26. Невольный самогипноз

будить невольно загипнотизировавшее себя лицо, так как никто, кроме вас, не может его разбудить.

Уничтожение этой наклонности. Если подобный случай будет иметь место, то вы, прежде чем разбудить его, должны сделать загипнотизированному положительному внушение, что он никогда более не впадет в состояние самогипноза, если только вы сами не прикажете этого. Это все, что необходимо, чтобы устраниить у него повторение таких явлений.

Мера предосторожности. Те лица, которые часто подвергались гипнозу, делаются настолько восприимчивыми к влиянию и получают такие свойства, что они находятся в постоянной опасности быть загипнотизированными бесчестными гипнотизерами. Для устранения подобной опасности вы должны дать такому лицу строгое внушение в том смысле, что никто, кроме вас, не в состоянии его усыпить. Внушения эти делайте настойчивым, твердым тоном и обязательно повторяйте их в конце каждого сеанса, чтобы произвести на загипнотизированного большее действие. Если вы чувствуете усталость или угнетенное состояние духа или, наконец, гипнотизируемый обладает чрезмерной чувствительностью, то вы не должны гипнотизировать, так как результаты не будут хороши.

Отсутствие утомления. Вы не заметите, что постоянное гипнотизирование будет истощать ваши собственные силы; напротив, упражнения будут содействовать их развитию. Сначала ваши занятия покажутся вам обременительными. Чтобы не чувствовать утомления, вначале вы должны производить небольшие сеансы и по мере возможности делать в сеансе перерывы, растягивая его на несколько часов. При соблюдении всего этого вы почувствуете заметное и ощущимое улучшение в своем здоровье.

Двадцать четвертая лекция

Интересные вопросы. Продолжительность влияния. Защита гипнотизируемого. Влияние гипноза на силу воли и память.

В. Каков процент людей, подчиняющихся гипнотическому влиянию?

О. Каждый человек, не страдающий умственным расстройством, подчиняется гипнотическому влиянию; из лиц, страдающих душевно, или сумасшедших многие также могут быть загипнотизированы: одни очень быстро, другие же после нескольких следующих друг за другом сеансов.

В. Влечет ли за собой гипнотизм ослабление воли?

О. Нет, если только многократные гипнотические внушения не направлены к тому, чтобы ослабить волю. Наоборот, если постоянно делать внушения, которые содействуют укреплению самосознания, приобретению сосредоточенности, развитию индивидуальности и самоуверенности, то воля при помощи гипнотизма не только не ослабнет, а еще более укрепится.

В. Сколько времени продолжается влияние после того момента, как разбудили загипнотизированного?

О. Влияние оканчивается одновременно с пробуждением загипнотизированного, если только последнему не сделали постгипнотического внушения, которое, как известно, может действовать и после пробуждения.

В. Если кто-либо, предположим, будет загипнотизирован в первый раз против своей воли, то как он должен действовать, чтобы защитить себя от недобросовестного гипнотизера?

О. Если кто-либо будет загипнотизирован недобросовестным гипнотизером, то ему следует обратиться к добросовестному человеку и просить его вновь усыпить себя и устраниТЬ во время гипноза вредное влияние. Впрочем, встречается очень мало людей, которых можно загипнотизировать против их воли, так что подобные случаи очень редки.

В. Какую защиту может иметь женщина против недобросовестности гипнотизера?

О. Она может найти защиту в возвратившемся к ней сознании, так как ни один гипнотизер не может помешать ее пробуждению. Несмотря на все его внушения, женщина обязательно проснется против его воли, как только ей будет грозить действительная опасность.

В. Если кого-либо, предположим, загипнотизируют и во время гипноза сделают ему внушение проснувшись забыть свое имя, то на какое время, в случае умышленного исчезновения гипнотизера, его память подчиняется внушению?

О. Все это зависит от загипнотизированного лица; бывают случаи, что память не возвращается день или полтора дня. Обыкновенно же внушение действует до тех пор, пока память не получит известного толчка извне.

Заключение. Невозможно оценить все значение гипнотизма. Благодаря ему легко излечивать нервные расстройства, физические и нравственные страдания. Гипнотизм может внести счастье туда, где царит отчаянье. Припадки продолжительной тяжелой меланхолии исчезают вследствие действия гипноза. При его помощи можно смягчить и даже совсем уничтожить тяжелые воспоминания, так что от них не останется и следа. Опытный человек может заменить гипнозом морфий для облегчения боли. С помощью гипнотизма можно облегчить и даже совсем уничтожить страдания при родах, так что процесс родов перестанет быть трудноносимым. При содействии гипнотизма легко поднять умственную деятельность и развить хорошие качества. Благодаря гипнотизму лень превращается в деятельность, непослушание — в послушание, грубость и неблагодарность — в полную вежливость. Гипнотизм уничтожает привычку к морфинизму, кокаинизму и алкоголизму. В нем природой дается вполне радикальное средство к исправлению и устраниению неправильности. Кроме всего этого, гипнотизм дает возможность исследовать тайники человеческой души и составить себе познание, положительное познание о загробной жизни. Все это лишь некоторые достоинства гипнотизма. В сравнении с ними тот вред, который он может принести в руках неразвитых людей, является очень ничтожным. Самое мудрое правило — давать самые подробные сведения до мельчайших деталей, так как опасность заключается в незнании. Когда будет известно, в чем и благодаря чьему гипнотизм

представляет опасность, половина опасностей исчезает. Не трудно найти людей, цели которых при использовании гипноза вполне благородны и хороши. Применение гипноза родителями по отношению к детям, мужем по отношению к жене окажется всегда полезным и принесет хорошие результаты. В гипнозе нет зла; последнее, если существует, живет в сердцах людей.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	5
ЛЕЧЕБНЫЙ МАГНЕТИЗМ	
Первая часть. Сущность лечения магнетизмом. Приобретение силы. Поляризация. Руки. Пример. Цель употребления рук. Закон передачи. Источник силы. Ценность симпатии. Нервные токи. Сила единения. Состав нервов. Всесторонность магнетического лечения. Восприятие ощущений нервами. Восприимчивость нервов (нервы — сознание). Цель животного магнетизма. Учение о страданиях. Превосходство магнетического лечения	9
Вторая часть. Специальные указания для магнетизера. Подготовка рук. Значение испарения. Развитие самоуверенности. Глубокая вера. Умелое поведение. Значение взгляда. Причина этого. Дыхание. Необходимое предостережение. Дыхание в лечении. Тайна воздуха. Сохранение энергии	16
Третья часть. Развитие магнетических сил. Местопребывание силы. Дыхание магнетизера. Упражнения для развития дыхания. Результаты. Полное дыхание. Ощущение жизненной силы. Тайна жизни	20
Четвертая часть. Применение магнетического лечения. Напряжение внимания. Долгие пассы. Преимущества предварительного знания. Специальное пользование. Положение рук. Второй мозг. Направление тока. Продолжительность пользования. Образ действия магнетизера. Предусмотрительность при наблюдениях. Усиление вибраций. Кризис. Сила, направляющая кровь. Противоречие медицинских наук. Рациональный метод. Медицинский метод. Значение магнетизма. Лечение рака. Облегчение страданий. Специальные лекции. Головная боль. Астма. Грипп, простуда. Озноб. Лихорадка. Ревматизм. Ломота в бедрах. Нервное переутомление, неврастения. Алкоголизм, морфинизм, кокаин	137

инизм. Ломота головных покровов, катар желудка, катар почек, катар мочевого пузыря. Хронический запор. Диспепсия. Паралич. Апоплексия. Брайтова болезнь. Водянка. Магнетизация посредством дыхания. Горячий воздух. Директивы. Холодный воздух. Предмет магнетизированья. Пропускная бумага. Случайные воспаления. Магнетизированье стакана с водой. Магнетизер-исцелитель

26

Пятая часть. Лечение на расстоянии. Сила мысли. Цель данной главы. Значение доброй воли. Приобретение самоуверенности. Закон жизни. Естественная помощь. Дыхание для здоровья. Манера дыхания. Быстрые внушения. Увеличение грудной клетки. Питье воды. Осторожность. Новая система упражнений. Напряжение. Первое упражнение по пробуждению. Система мускульных сокращений. Пользование ею. Применение. Надлежащее применение. Личные письма. Магнетическое пользование. Полезная реакция на врачающего. Последний совет

43

ЛЕЧЕБНЫЙ ГИПНОТИЗМ

Первая лекция. Значение гипноза в человеческой жизни. Цель настоящего руководства. Полнота этого руководства. Древнее происхождение этой силы. Полная возможность научиться пользоваться силой. Значение глубокого гипноза. Значение высших мотивов в психических исследованиях

57

Вторая лекция. Метод устного внушения. Способ действия Льбсо. Цель этого метода. Внушение сна. Второй сеанс. Окончание второго сеанса. Подчинение памяти внушению

59

Третья лекция. Искусство магнетизирования. Значение авторитета при опыте. Способ магнетизирования. Применение долгих пассов. Определение магнетического сна

63

Четвертая лекция. Метод, применяемый в Индии. Образ действия при употреблении этого метода. Бесцельность испытаний

66

Пятая лекция. Гипнотизирование нескольких лиц. Предварительные разъяснения. Наблюдение признаков. Внушение идеи сна. Пробуждение собрания. Заключения из их объяснений

68

Шестая лекция. Свойства хорошего гипнотизера. Значение пола. Сущность гипнотизма. Способность гипнотизировать. Важность известного приема. Развитие могущественного взгляда

70

Седьмая лекция. Определение наиболее подходящих для гипноза лиц. Исключения из правила. Образ действия с лицами, трудно поддающимися гипнозу

72

Восьмая лекция. Типичный случай. Влияние на мальчика. Словесные внушения. Цель этого метода. Соблюдение тишины в помещении. Действие на деятельность мыши мальчика. Первая степень каталепсии, или оцепенения мускулов. Устранение оцепенения. Действие ваших внушений. Подчинение разума. Дальнейшие доказательства восприимчивости его ума. Сон в стоячем положении. Быстрая настойчивая передача внушений. Опыт с обманом чувства зрения. Устранение опытов, вызывающих у загипнотизированного чувство страха. Активный сомнамбулизм. Обман чувства вкуса. Влияние на чувство обоняния. Доказательство при помощи обмана чувств. Галлюцинация зрения. Переход сомнамбулизма в сон. Внушения с воспитательной целью. Наставление на случай слишком глубокого сна

73

Девятая лекция. Предсознательный разум. Очевидность двойственности сознания. Общие свойства. Доверчивость предсознательного сознания. Местопребывание силы. Целительная сила природы. Сила веры

84

Десятая лекция. Отличие гипнотического сна от естественного. Лечение во время естественного сна. Способ, применяемый во Франции. Внушение во время сна. Успокаивающее внушение. Лечение занятия. Повторный опыт. Опыт с пассивным сомнамбулизмом

87

Одиннадцатая лекция. Постгипнотические внушения. Как производить такие внушения. Извинение субъекта за свое поведение. Усиление внушений. Причина неудач. Невосприятие внушений. Продолжительность действия подобных внушений. Так называемый мгновенный гипноз. Уничтожение сопротивления гипнотизируемого. Причина успеха при продолжении опытов. Опасность при опытах. Ее устранение. Важное значение постгипнотических внушений

90

Двенадцатая лекция. Состояние каталепсии. Опасность подобного состояния. Непроизвольное проявление каталепсии

95

Тринадцатая лекция. Увеличение мускульной силы в гипнозе. Его влияние на чувства. Лечение головной боли. Сущность лечения. Указание полного исцеления. Лечение ревматизма

97

Четырнадцатая лекция. Ценный прием. Его дейст-

венность при отсутствии гипнотизера. Гипноз на расстоянии	100	
Пятнадцатая лекция. Значение гипнотизма во врачебной практике. Способ применения внушений. Действие внушений. Неуместность опытов. Отношение профессиональной медицины к гипнотизму. Могущественное действие простых средств	101	
Шестнадцатая лекция. Влияние на нервных женщин. Метод счета. Причина успеха этого способа. Изучение пациентов. Постоянное терпение. Полезность изменения способов	103	
Семнадцатая лекция. Гипнотизм в зубоврачебном деле. Блестящий предмет. Необходимый совет. Почему зубные врачи не пользуются гипнотизмом	105	
Восемнадцатая лекция. Гипнотизм — болеутоляющее средство. Сила в человеке. Двойственность этой силы. Религиозный экстаз. Святые места. Применение пассивного сомнамбулизма для уничтожения боли. Влияние гипнотических сновидений. Повторение сна. Идиосинкразия гипнотизируемых лиц. Коматозное состояние. Значение глубокого гипноза	108	
Девятнадцатая лекция. Мгновенный гипноз. Сценический прием. Поразительное действие страха. Публичный сеанс. Наиболее употребительный способ. Уничтожение размышлений при внезапном страхе. Быстрые внушения. Гипноз посредством телепатии. Возможные при этом случаи. Действие силы воли в месмеризме	112	
Двадцатая лекция. Восприимчивость гипнотизируемых. Образ действий. Второй столъ же успешный способ. Самогипноз. Поворачивание головы. Намагнетизированная вода. Намагнетизированная бумага. Внушение сна при помощи электричества. Употребление кристалла. Возможность видеть изображения в кристалле. Зависимость гипноза от внимания, а не от кровообращения. Вызывание сна через увеличение углекислоты в теле. Превращение самогипноза в гипноз. Пользование самовнушением. Способ образования мускульной усталости	116	
Двадцать первая лекция. Ясновидение, его сущность. Его отличие от передачи мыслей. Развитие ясновидения в гипнотизируемых. Образ действия. Путешествие ясновидящего. Отношение к ясновидящим. Верное сообщение о замечательном ясновидящем. Уничтожение чувства слуха. Передача вкуса. Передача чувств. Передача мыслей. Способность проникать	140	129
		131
		133
Двадцать вторая лекция. Гипнотизм — лечебное средство от алкоголизма. Недостаточность материального лечения. Способ лечения. Повторение внушений. Морфинизм и кокаинизм. Вред лекарств. Значение «хлебной пильоли». Помощь электричества		
Двадцать третья лекция. Пробуждение загипнотизированного. Пассы для пробуждения. Устранение галлюцинаций. Невольный самогипноз. Уничтожение этой наклонности. Мера предосторожности. Отсутствие утомления		
Двадцать четвертая лекция. Интересные вопросы. Заключение		

Стильман В.-Н.

C80 Лечебный магнетизм. Лечебный гипнотизм:
Пер. с англ.— М.: Советский спорт, 1992.—
144 с.: ил.

ISBN 5—85009—335—4

Книга В.-Н. Стильмана «Лечебный магнетизм. Лечебный гипнотизм» может оказаться полезной в самых различных случаях.

Цель «Лечебного магнетизма» — развить в человеке моральную силу, способную исцелять недуги и укреплять здоровье.

Изучение «Лечебного гипноза» позволит не только научиться гипнотизировать, но и использовать гипноз в лечебных целях. За основу взяты издания 1910 г.

В.-Н. СТИЛЬМАН

ЛЕЧЕБНЫЙ МАГНЕТИЗМ. ЛЕЧЕБНЫЙ ГИПНОТИЗМ

Редактор *С. В. Свиридов*

Художник *О. К. Вуколов*

Художественный редактор *А. Н. Алтутин*

Технический редактор *Л. С. Колесова*

Корректоры *О. П. Коваль, Ю. Л. Макотренко, Н. Р. Раджабли*