

Сергей Виноградов

Как стать гипнотизером



Сергей Виноградов

Как стать гипнотизером

*Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=178957
Как стать гипнотизером: Литагентство Медиа; 2008*

Аннотация

Как самостоятельно овладеть основными методами гипнотизирования? Как помочь окружающим и себе самому избавиться от вредных привычек и заболеваний психосоматической природы? Как не стать жертвой аферистов, зачастую использующих методы прямого и косвенного внушения? На эти и многие другие вопроса отвечает книга, написанная для самого широкого круга читателей и основанная на практическом опыте многих гипнотизеров, занимавшихся как публичными выступлениями, так и гипнозом в медицинских целях.

Содержание

Предисловие	4
Введение	7
Глава первая	11
Глава вторая	22
Конец ознакомительного фрагмента.	26

Сергей Виноградов

Как стать гипнотизером

Предисловие

За последние сто лет наука о гипнозе шагнула далеко вперед, однако, как ни изменялась теоретическая база, практические приемы остались неизменными со времен Месмера.

Поэтому интерес к работам начала 20 века по практическому гипнотизму в настоящее время весьма велик: современные книги на эту тему перегружены научными обоснованиями, а конкретная проблема – как, собственно, самостоятельно овладеть гипнозом? – освещена крайне слабо. Либо издаются «учебники гипноза» явных шарлатанов вроде «потомственного колдуна» Гончарова, перегруженные «Божественной силой», «Космической силой» и призывами нести им, шарлатанам, деньги.

Настоящая книга – переработка трудов безымянного российского компилятора, изданных в 1912 году на основе работ С. Флауэра и академика И. Р. Тарханова. В новые времена переиздавались в 90-е годы в виде репринтных изданий, малыми тиражами.

Иван Романович Тарханов (Тархан-Моуравов) – имя в истории российской науки весьма известное. Происходивший

из старинного рода грузинских князей, он родился в Тифлисе в 1846 году, высшее образование получил в Петербурге, сперва в Санкт-Петербургском университете, откуда перешел в Императорскую медико-хирургическую академию. По окончании курса в 1869 году был оставлен при академии. В 1870 году сдал докторский экзамен и защитил диссертацию. В 1872 году Тарханов был командирован на два года за границу, где посетил почти все главные физиологические лаборатории Европы и специально занялся научными исследованиями в лабораториях Гоппе-Зейлера, Гольца и Реклинкгаузена в Страсбургском университете и в лабораториях Клода Бернара, Ранвье, Маррея и Вюльпиана в Париже. В 1875 году Тарханов утвержден приват-доцентом по кафедре физиологии в медико-хирургической академии, в следующем году избран экстраординарным и в 1877 году ординарным профессором физиологии. Впоследствии за ученые заслуги Тарханов был удостоен звания академика.

Целый ряд научных исследований Тарханова посвящен гипнотизму, мало понятному в те годы для широкой публики; академик для популяризации гипноза и развенчания всевозможных мифов о нем неоднократно читал публичные лекции, издававшиеся затем в виде журнальных статей или отдельных брошюр. Лекции И. В. Тарханова частично составили основу этой книги.

Сидней Флауэр, чьи работы также использованы, ученым не был. Американский журналист, он за много лет собрал

и свел воедино огромное количество материалов о методах, используемых в конце XIX и в начале XX века гипнотизерами-практиками. Однако занимался Флауэр популяризацией не только гипноза и практической психологии, но и всевозможных оккультных практик, не признаваемых современной наукой. Поэтому при составлении настоящей книги к творческому наследию С. Флауэра пришлось подходить с большей осторожностью, опуская из текста отрывки, в корне противоречащие современным научным воззрениям (например, о связи, которую устанавливает погруженный в гипнотический транс медиум с загробным миром).

Положенные в основу книги тексты полностью переработаны: приведены в соответствии с действующей орфографией, заменены устаревшие выражения, меры длины и веса переведены в метрическую систему, добавлены примечания, поясняющие современному читателю факты и имена, хорошо известные в начале двадцатого века, а ныне позабытые.

Введение

Важность этого введения. – Значение развития могущества воли. – Постоянные опыты. – Цель этих опытов. – Как избежать неудачи?

ВАЖНОСТЬ ЭТОГО ВВЕДЕНИЯ. Безусловно необходимо, чтобы читатель обратил особое внимание на содержание этого введения. В нем заключается не только философия высших явлений, положенных в основу этой книги, но также целый ряд опытов в бодрствующем состоянии, подготавливающих ученика к приобретению постепенно, легким способом, самообладания и веры в себя. «Эти качества обеспечивают успех гипнотизеру и приносят пользу в жизни», – говорит знаменитый Флауэр.

* * *

ЗНАЧЕНИЕ РАЗВИТИЯ МОГУЩЕСТВА ВОЛИ. Драгоценнейшее свойство человеческого существа заключается в возможности вселять свою волю в других людей. Это свойство, называемое нами обыкновенно «могуществом воли», «магнетизмом» и прочими не слишком правильными с научной точки зрения определениями, коренится в вере в се-

бя, которая может и должна развиваться при помощи упражнений. Для полного и отчетливого выяснения этого пункта необходимо сказать, что скромность и застенчивость, – эти роковые препятствия на пути успеха в каком бы то ни было призвании, – совершенно исчезают у людей, руководствующихся приведенными здесь советами.

* * *

ПОСТОЯННЫЕ ОПЫТЫ. Без сомнения, было бы недостаточно, если бы ученик, прочтя этот курс, отложил его в сторону, воображая, что знает достаточно, чтобы делать опыты, когда представится в том надобность. Безусловно важно, чтобы он при всяком представившемся случае ежедневно проводил один или несколько опытов. Особенно полезно каждый опыт в совершенстве исполнять и изучить, прежде чем приступать к другому.

* * *

ЦЕЛЬ ЭТИХ ОПЫТОВ. Здесь предлагается последовательно ряд различных опытов, имеющих целью развить в ученике веру в себя и в тоже время показать ему основы, благодаря которым гипнотизм получил научное значение. Ученик прежде всего должен помнить, что нет необходимости

приводить медиума в сонное состояние при изучении первых стадий гипнотизма.

* * *

КАК ИЗБЕЖАТЬ НЕУДАЧИ. Начинаящий гипнотизер, естественно, боится неудачи, которая будет осмеяна более, чем всякая другая. Поэтому прежде всего укажем, как можно защитить себя от этого зла.

Во-первых, следует намеренно избегать выражения «гипнотизм» и устранить даже мысль о том, что это опыты гипнотического свойства. Можно их просто назвать, если хотите, «особенные опыты магнетического или нервного притяжения».

Во-вторых, необходимо подробным образом разъяснить, что успех опыта вполне зависит от напряжения *силы воли* и от усиленного сосредоточения подвергающегося испытанию человека.

Производящий опыты является не более, как руководителем. Если у испытуемого достаточно воли, чтобы удалить из головы *все посторонние мысли*, несогласные с мыслями руководителя, то успех опыта обеспечен. Если же субъект слаб и не может сосредоточиться, то ему невозможно отделиться от посторонних мыслей. Это должно быть заранее обстоятельно разъяснено субъекту, а также показано ему, что ценность и интерес опыта всецело зависят от его твер-

дого и добровольного духовного содействия. Немое животное гораздо труднее гипнотизировать, чем интеллигентного человека. При ясном объяснении этих фактов будет устранена раз и навсегда неудача опыта и происходящие отсюда насмешки.

Глава первая

Начальные опыты в бодрствующем состоянии

Опыты в бодрствующем состоянии. – Как вызвать расслабление мускулов? – Как сидеть? – Действие приказания. – Дальнейшие увещания. Выполнение первого опыта. – Как можно укрепить веру в себя? – что нужно произнести при опыте падения вперед? – Уверенность, что субъект не потерпит вреда при опыте. – Как преодолеть сопротивление и скептицизм? – Обратный опыт. – Опыт с целью вызвать падение навзничь. – Щелканье пальцами, как сигнал.

ОПЫТЫ В БОДРСТВУЮЩЕМ СОСТОЯНИИ. Следующие опыты должны доказать, что возможно господство над чужим духом, причем субъект не утрачивает всех собственных ему в бодрствующем состоянии особенностей.

Хотя для этих опытов обыкновенно советуют собрать маленькое общество из разных лиц, чтобы выбрать подходящего медиума; но они также хорошо могут быть произведены и с одним лицом, если нет возможности пригласить нескольких.

* * *

ПРИВЕДЕНИЕ МУСКУЛОВ В РАССЛАБЛЕННОЕ СОСТОЯНИЕ. Соберите компанию молодых людей обоего пола, от 15 до 35 лет, рассадите их на удобные стулья вокруг руководителя. Затем обществу должно быть внушено, что во время опыта не допускаются никакие замечания и шутки, после чего руководитель произносит примерно следующее:

«Мы собрались здесь сегодня вечером, чтобы произвести чтобы произвести некоторые опыты психических явлений, и я прошу вас настоятельно уделить мне самое серьезное внимание, насколько это возможно для вас, дабы помочь мне выполнить все, что и как я потребую от вас. Мне будет крайне трудно достичь желаемого успеха, если вы не будете в высшей степени внимательны и воспротивитесь моему влиянию. Поэтому, пожалуйста, будьте совершенно пассивны и восприимчивы, чтобы слова мои могли вызвать в вашем мозгу впечатления, абсолютно необходимые для надлежащего действия. Но прежде, чем мы приступим к опыту, я попрошу привести ваши мускулы в совершенно пассивное состояние, так как это служит первым шагом к успеху внушения».

* * *

КАК СИДЕТЬ. Руководитель опыта продолжает:

«Прошу вас сесть на стульях как можно удобнее, и при этом так, чтобы ноги совершенно свободно себя чувствовали. Руки прошу положить на колени и затем попеременно поднимать то правую, то левую руку по мере того, как я буду говорить: „Правую!“, „Левую!“, после чего потрудитесь опустить ту и другую руку совершенно непринужденно опять на колени. Я заставлю вас продолжать это по 6 раз с каждой рукой».

Руководитель садится на стул в полукруге, лицом к компании, поднимает правую руку приблизительно на шестьдесят сантиметров от коленей, и произносит: «Правую!»

* * *

ДЕЙСТВИЕ ЭТОГО ПРИКАЗАНИЯ. По команде «Правую!» все ученики поднимают правую руку так, как показал руководитель, и, продержавши ее в воздухе около 2–3 секунд, опускают вместе с руководителем бессильно и без малейшего напряжения на колени. Руководитель в то же время командует: «Левую!», и поднимает вверх свою левую руку. Теперь левая рука точно так же, как и правая, долж-

на быть поднята в воздух и, беспомощно опущена на колени, когда снова раздается команда «Правая!» При этом руки должны падать одна за другой тяжело, как бы омертвело, так как опыт должен вызывать совершенное расслабление мускулов. Этим делается первый шаг к уразумению учениками того, что мысль о пассивности, внушенная словами руководителя, произвела действие на их мускулы и привела их к полному физическому покою. Исполнив вышеизложенное пять-шесть раз, руководитель встает со стула и, обходя кругом, подходит к каждому ученику, говоря: «Будьте совершенно спокойны!»

В то же время он постепенно поднимает сначала правую, потом левую руку каждого ученика и опять опускает ее на колени, убеждаясь, при этом в том, что руки падают, как мертвые, что, следовательно, наступило полное расслабление мускулов.

* * *

ДАЛЬНЕЙШИЕ УВЕЩАНИЯ. Далее руководитель говорит:

«Вы все находитесь в удобном положении и полном покое. Теперь я могу подвергнуть вас одного за другим первому важному опыту. Я прошу вас при этом ничего не шептать друг другу и не заводить между собой никаких разговоров. Вы должны сосредоточить все ваше внимание на той мысли,

которую я внушу вам. Осуществите ее. Поймите, что дело идет о стремлении духа исполнить то, что предпишет мысль. Представьте себе, что вы, действительно, исполните то, что я прикажу вам исполнить, и почувствуете то, что я прикажу вам почувствовать. В результате мы достигнем весьма интересных явлений».

* * *

ВЫПОЛНЕНИЕ ПЕРВОГО ОПЫТА. Далее руководитель избирает одного из своих учеников, показавшегося ему по внешности наиболее способным к восприятию его внушения. Поставив его спиной к остальным ученикам, он заставляет его смотреть в глаза, со своей стороны устремляя свой взгляд на верхнюю часть носа ученика, между глазами, и ни на минуту не отрываясь от него. Затем руководитель спокойным образом, – это требуется при всех опытах, – начинает говорить с данным субъектом в определенном тоне, не спеша, не возвышая голоса и так, словно бы он привык к послушанию ученика и твердо уверен, что последний послушается его. В то же время советуется для приобретенного над учеником влияния постоянно думать про себя: «Ты принужден делать именно то, что я говорю». Эту фразу руководитель всегда должен мысленно повторять при всех дальнейших опытах.

* * *

КАК МОЖНО УКРЕПИТЬ СОБСТВЕННУЮ ВЕРУ В СЕБЯ. Действие описанного выше опыта выразится в укреплении самоуверенности у оператора, и его взгляд приобретает такую силу и определенность, что он будет иметь возможность могуче влиять на своих учеников. Затем он поднимает руки и кладет их по обе стороны головы ученика, выше ушей, легко прикасаясь, чтобы не возбудить неприятного чувства давлением на лицо. В продолжении десяти секунд руководитель смотрит стоящему перед ним ученику прямо между глаз, на переносицу, оставляя в то же время руки в указанном положении. Далее он делает левой ногой шаг назад, тихонько проводит руками вдоль по обеим сторонам головы, в то же время отгибаясь сам назад. Обе руки экспериментатора прикасаются ко лбу ученика, после чего он медленным движением отводит их на прежнее место головы последнего и снова медленно проводит по лбу. Это повторяется три раза, и после этого только руководитель может говорить.

* * *

ЧТО НУЖНО ПРОИЗНЕСТИ ПРИ ОПЫТЕ ПАДЕ-

НИЯ ВПЕРЕД? После третьего проведения руками по лбу руководитель, не отводя пристального взгляда от переносицы ученика, и наблюдая, чтобы ученик смотрел ему прямо в глаза, ни на минуту не отрываясь, произносит весьма медленно и внушительно: «Теперь вы чувствуете влечение упасть вперед, не противьтесь же этому влечению; я вас подхватю. Предоставьте себя влечению. Вы уже падаете, вы уже не можете противостоять. Вы падаете вперед, падаете вперед. Представьте себе совершенно... Так хорошо».

И в этот момент испытуемый, действительно, упадет вперед, причем глаза его все время будут устремлены на руководителя. Последний, конечно, должен подхватить его, дабы он не мог ушибиться.

* * *

ЧЕЛОВЕК, ПОДВЕРГАЮЩИЙСЯ ОПЫТУ, НЕ ДОЛЖЕН ПОТЕРПЕТЬ ВРЕДА ПРИ ПАДЕНИИ. Руководитель должен приложить величайшую заботу к тому, чтобы во время опыта испытуемый не причинил себе вреда при падении. В противном случае всякое доверие к нему поколеблется; а оно безусловно необходимо, если руководитель желает сохранить произведенное на субъекта влияние. Подхвативши испытуемого, который быстро придет в себя, можно сказать ему: «Вполне удалось, проснись совершенно!»

Затем ученик отсылается на свое место, при чем, однако, ему не дозволяется разговаривать ни с кем из присутствующих. То же самое руководитель должен проделать с каждым из остальных, по двум причинам: во-первых, чтобы убедиться, кто из испытуемых легче поддается его влиянию, во-вторых, чтобы подготовить всех соответствующим образом к последующим опытам. Этот опыт никоим образом не следует считать законченным до тех пор, пока он не удастся вполне, – пока не удастся заставить упасть всех присутствующих.

* * *

КАК МОЖНО ПРЕОДОЛЕТЬ СОПРОТИВЛЕНИЕ И СКЕПТИЦИЗМ? Если руководителю попадется личность, способная к сопротивлению, или высказывающая сомнения, то он должен тотчас ее отстранить, заявив следующее:

«Несомненно, что вы могли бы противостоять влечению упасть вперед, если бы вы этого пожелали, или попробовали, но я уже заранее вам предписываю сохранять пассивное состояние и снова повторяю, что эти опыты только тогда будут иметь успех, если вы не со мной, ни сами с собой не будете пускаться ни в какие пререкания. От вас только требуется употребление вашего воображения и безусловное повиновение мне. Даже анализирование ваших собственных впечатлений кажется мне неуместным. Вы должны все ваше вни-

мание обратить на мои слова и больше ничего».

Такое заявление покажет ясно ученикам, что руководителю нет никакого дела до их мнения. Вскоре обнаружится, что несколько таким тоном произнесенных слов приведут всю компанию учеников в должное настроение простого послушания.

* * *

ОБРАТНЫЙ ОПЫТ. Руководитель должен сделать обратный опыт, избрав из общества троих, которые, по его мнению, легче всех поддались влиянию при «падении вперед». Их вызывают одного за другим. Испытуемый становится спиной к остальным, лицом к стене, таким образом, чтобы руководитель мог встать между ним и обществом, спиной к последнему. Тогда руководитель слегка кладет указательный палец правой руки внизу задней стороны черепа, прямо над затылком, а левую руку – у левой стороны головы, над ухом, так, чтобы пальцы его лежали на левом виске.

* * *

ОПЫТ ПАДЕНИЯ НАВЗНИЧЬ. Далее руководитель приказывает испытуемому закрыть глаза и тотчас же весьма медленно и мало-помалу отводит свою левую руку до тех

пор, пока она совершенно не оставит голову субъекта. При этом, слегка поводя правым указательным пальцем так, чтобы субъект почти не замечал этого, руководитель говорит:

«Теперь вы чувствуете влечение назад. Вы падаете навзничь в мои объятия. предоставьте себя вполне этому влечению, лишь только оно усилится. Вы падаете навзничь, вы падаете навзничь...»

Пока эти слова медленно и с продолжительными промежутками повторяются, в то же время медленно отнимается от головы левая рука, все время находившаяся на голове субъекта. Иногда тотчас же, а чаще после повторения слов, испытуемый медленно покачивается назад, и из отвесного положения начнет как бы слегка падать навзничь. Лишь только субъект упадет назад приблизительно на треть метра, тогда руководитель должен подхватить его, говоря: «Все хорошо, проснитесь!»

Этот опыт должен быть повторен, причем нужно сказать еще:

«Очень хорошо, только на этот раз вы должны уступить немножко раньше!»

При повторении эксперимента экспериментатор говорит: «Вы падаете навзничь и не можете устоять. Вы падаете навзничь, прямо в мои объятия. Предоставьте себя вполне этому... Теперь вы падаете».

В этот момент испытуемый находится в таком умственном состоянии, как ученик, хорошо подготовивший свой урок,

и, вполне доверяя своему руководителю, совершенно сонный навзничь падает ему на руки. Когда же субъект снова будет приведен руководителем в отвесное положение, тогда последний говорит:

«Теперь все хорошо, проснитесь!»

* * *

ЩЕЛКАНЬЕ ПАЛЬЦАМИ, КАК СИГНАЛ. Руководитель щелкает пальцами, чтобы приучить ученика понимать, что этот знак всегда будет означать окончание опытов. Этим мы заканчиваем первый опыт, произведенный в бодрствующем состоянии и устанавливающий связь между двумя или тремя учениками, легко поддающимися влиянию.

Глава вторая

Последующие опыты в бодрствующем состоянии

Опыт «сковывания» рук. – Действие сопротивления. – Углубление впечатления. – Упражнения до окончательного усовершенствования. – Влияние без прикосновения. – Действие пристального взгляда. – Приостановка влияния. – Разумность опыта. – Ключ к успеху. – Замыкание глаз. – Результат навязчивой мысли. – Успокоение лица, подвергшегося опыту. Невозможность неудачи. – Запрещение говорить. Ведение опыта. – Не может ни думать, ни говорить. – Вызывание телесных ощущений. – Что нужно делать? – Физиологическое объяснение. – Основа лечения. – Несколько слов в предостережение.

ОПЫТ СО СКОВЫВАНИЕМ РУК. Руководитель вызывает одного из трех испытуемых, и, поставив его лицом к остальному обществу, просит его снова смотреть себе пристально в глаза, не отводя взгляда. Потом он вытягивает руки к испытуемому ладонями вверх и приказывает тому сжать их как можно крепче. В то же самое время он наклоняет голову вперед, чтобы она отстояла от головы испытуемого приблизительно на пятнадцать сантиметров.

Посмотрев на субъекта молча, около десяти секунд, руководитель уверенным тоном и очень медленно говорит:

«Вы больше не можете разжать ваши руки. Вы не можете вытянуть ваших рук из моих. Ваши руки прикованы к моим. Вы не можете ими двигать. Ваши мышцы одеревенели. Попробуйте вытянуть руки. Вы не можете сделать это!»

Вследствии пристального взгляда, испытываемый не может вполне овладеть своими умственными силами. Уму его доступна только та мысль, которую внушает ему руководитель – то есть, что руки его действительно как бы скованы, и он не имеет больше силы двигать ими.

* * *

ДЕЙСТВИЕ СОПРОТИВЛЕНИЯ. Непосредственно за этим проявится некоторое сопротивление этому приему. Сначала оно будет состоять в попытке отвести свой взгляд от глаз руководителя. Лишь только глаза его начнут чуть-чуть уклоняться, руководитель должен как можно скорее сказать:

«Хорошо, теперь вы можете двигать руками. Мышцы ослабли»,

Может быть, субъект к концу этого опыта почувствует себя одураченным и скажет:

«Я все-таки мог бы отнять руки, если бы только попытался сделать это!»

Для руководителя выгоднее согласиться с ним, уверив, од-

нако, его в том, если бы он обратил все своё внимание на его слова и углубился бы в них, то разжатие рук оказалось бы невозможно.

* * *

УСУГУБЛЕНИЕ ВПЕЧАТЛЕНИЯ. Чтобы еще больше произвести впечатление на субъекта и в то же время указать обществу, что это отнюдь не было результатом известного приема, руководитель должен повторить опыт с субъектом, и при этом заявить:

«Мы еще раз повторим опыт, и на этот раз вы увидите, что чем более вы посвятите внимания мне и моим словам, тем невозможнее станет для вас отнять вашу руку от моей, пока я не скажу, что вы можете это сделать».

Если опыт повторяют, и внимание субъекта не ослабевает в течение пяти-шести минут, то при этом замечается прилив крови к лицу, вызванный усилием освободить свои руки. После этого руководитель говорит:

«Очень хорошо. Совершенно ослабли... теперь спокойно!» И если ученик, освободившись от влияния, все еще не сводит глаз с руководителя, последний щелкает пальцами, кладет левую руку на лоб субъекта и говорит:

«Вполне хорошо. Расслабьтесь, проснитесь!»

* * *

УПРАЖНЕНИЯ ДО УСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ.

Здесь следует еще раз настоятельно повторить, что каждый из приведенных здесь опытов должен исполняться до тех пор, пока не удастся вполне. Не следует только быстро переходить от одного опыта к другому, и каждый должен помнить, что неудача может быть во всех случаях. Может случиться, что из дюжины опытов не удадутся семь или восемь, и это потому, что испытуемые не приобрели силы сосредоточения. Если руководитель следует нашим указаниям, то вина здесь не в нем, но из двенадцати испытуемых он всегда может найти трех или четырех, более поддающихся его влиянию, то есть по натуре более послушных чужой воле.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.