

В.Р. ХАМИДОВА

**ГИПНОТИЧЕСКИЕ
МАНИПУЛЯЦИИ
МАНИПУЛЯЦИИ
ПОДСОЗНАНИЯ**



РИПОЛ
КЛАССИК

УДК 159. 962

ББК 88.6

Х18

Хамидова, В. Р.

Х18 Гипнотические манипуляции. Манипуляции подсознания / В. Р. Хамидова. — М. : РИПОЛ классик, 2007. — 256 с.

ISBN 978-5-386-00294-7

На страницах данной книги вы найдете интересные сведения из истории гипноза, ознакомитесь с его основными направлениями и методами.

Гипнотерапия, медитация, аутогенная тренировка, самогипноз — все это, а также многое другое станет для вас понятным.

УДК 159. 962

ББК 88.6

ISBN 978-5-386-00294-7

© ООО Группа Компаний
«РИПОЛ классик», 2007

ВВЕДЕНИЕ

Книга, которую вы держите в руках, посвящена уникальному явлению — гипнозу. Подсознание, а также то, что не управляет сознанием и логикой, всегда вызывало немалый интерес. Издревле люди, обладающие мастерством подчинять себе волю других, вызывали любопытство, почтение, а часто — даже страх и ненависть. Одним словом, равнодушно к гипнотизерам и к гипнозу никогда не относились.

Что же такое гипноз? Можно ли назвать его наукой, или это всего лишь шарлатанство, одурачивание доверчивых простаков? А может, здесь замешаны высшие силы, и гипноз можно отнести к колдовству?

Эти вопросы задавали ученые, исследователи и простые люди на протяжении не одного столетия. Делались открытия, строились предположения, выдвигались теории и гипотезы. Велись ожесточенные споры и дебаты. Отношение к гипнозу зависело от степени образованности общества. Долгое время владение гипнозом считали мистическим даром, доступным лишь избранным. В древние времена шаманы, вызывая галлюцинации, управляли целым племенем. Часто гипноз применяли для сохранения власти. В Средние века гипнотизеров, не долго думая, объявляли посланниками дьявола, их боялись и стремились уничтожить.

Лишь в середине XVIII века гипнозом заинтересовались служители медицины. Удивительное явление принялись изучать, стали искать ему практическое применение. Позже

выяснилось, что посредством введения в особое состояние сознания можно устанавливать диагноз заболеваний, а также осуществлять лечебную терапию. В результате гипноз даже получил научное название «софроз», заменяющее прежнее, магическое и таинственное. В настоящие времена гипноз применяют при лечении как психических, так и соматических заболеваний. Более того: гипнозом может заниматься каждый желающий! Вполне вероятно, что, прочтя эту книгу, вы откроете для себя много нового, в частности, узнаете, как обрести уверенность, побороть комплексы, избавиться от страхов с помощью самогипноза. Вы узнаете, какие существуют виды гипноза, как вводить в гипнотическое состояние и каким опасностям подвергается гипнотизируемый. В книге приведены практические рекомендации по занятиям аутогипнозом, медитацией и аутогенной тренировкой. Возможно, вас заинтересуют приведенные техники, и вы научитесь управлять своими волей и эмоциями. Также вы сможете ознакомиться с увлекательной и загадочной историей развития гипноза с древнейших времен и до наших дней.

ИСТОРИЧЕСКИЙ ОЧЕРК

Гипноз с древнейших времен

Не будет ошибкой назвать искусство гипноза одним из самых древних в мире и, безусловно, одним из самых загадочных. На протяжении всей истории существования гипнотизеров отношение людей к внушению претерпевало изменения. Во многом это можно объяснить различным уровнем образованности общества в ту или иную эпоху. Например, во времена Античности предсказатели и оракулы пользовались почетом, их чтили так же, как богов. В Средние века любая попытка предвидеть будущее или провести гипнотический сеанс сурово пресекалась инквизиторами. Даже самое безобидное действие могло сойти за колдовство, а гипнотизеров и прорицателей считали посланцами дьявола, за что и сжигали на кострах. Не менее жестоко преследовали гипнотизеров и в эпоху Просвещения. Только в XX веке гипноз стал рассматриваться как наука, что привело к распространению методов лечения гипнозом. Сейчас гипнотерапия с успехом применяется при лечении различных психических заболеваний.

Где и когда возник гипноз? Корни его теряются в глубине веков. Возможно, гипноз был известен еще на заре существования человечества, в первобытную эпоху, когда большое значение имели ритуалы и обряды, осуществляемые шamanами. Религиозные действия, совершаемые древними магами, оказывали глубокое влияние

на психику первобытного человека. В частности, обряды приводили каждого их участника в особое состояние, близкое к экстазу, в котором вызываемые эмоции не только обостряли работу воображения, но и воскрешали картины прошлого, тем самым усиливая переживаемые чувства. В состоянии аффекта человек уже не мог контролировать собственные мысли, и шаман мог направить его побуждения в нужное ему русло, внушить ему свою волю. Таким образом, в обряде первобытные люди приобретали определенный образ мыслей и представлений, что и определяло их поведение.

Конечно, гипноз был распространен во многих странах, однако особенно развит он был в Древней Индии. Странствующие факиры и заклинатели змей применяли гипноз во время своих представлений. Вызывает немалый интерес способность индийских фокусников обращаться с ядовитыми змеями, вводя опасных пресмыкающихся в оцепенение и подчиняя их собственной воле. Так, имеется множество описаний того, как индийские фокусники усмиряли опасных животных, делали покорными самых свирепых тигров и смертельно опасных змей. Факир мог не только привести хищника в состояние полного оцепенения, но и заставить его прийти в ярость, используя сверкающие предметы. Глядя на них, зверь буквально впадал в бешенство и, не в силах отвести глаз от блестящих камней, неистовствовал до тех пор, пока в изнеможении не падал на

землю. Чем, как не гипнозом, можно объяснить такую поразительную власть человека над животным?

Согласно древним источникам, факиры умели делать вещи, которые не под силу совершить обычному человеку. Например, они могли проходить сквозь огонь, изменять собственную внешность, летать по небу, оживлять камни и передвигать по воздуху предметы. Люди, на чьих глазах совершались эти удивительные действия, возможно, подвергались массовому гипнозу. Фокусники могли силой внушения приказать зрителям увидеть то, чего не происходило на самом деле.

Не исключено, что гипноз использовали и индийские йоги. В частности, они обладали способностью приостанавливать жизнь, то есть на какое-то время становиться мертвецами, после чего оживать. Интересно, что в состоянии «временной смерти» йог внешне был похож на человека, погруженного в транс. У него синело тело, останавливался взгляд, прекращалось дыхание, практически полностью замедляло работу сердца и терялась чувствительность к боли. Погруженные в транс могли продолжительное время обходиться без пищи и воды. Перед погружением в состояние смерти йог проходил тщательную подготовку. Целую неделю до «умирания» он питался только молочными продуктами. В день, на который было назначено погружение в сон, он очищал желудок с помощью длинной ленты, которую проглатывал, а затем

быстро вытягивал. Чтобы избежать проникновения насекомых в тело, йог закупоривал все естественные отверстия ароматическими травами. После этого он задерживал дыхание, погружаясь в транс, во время которого «душа сливается с таинственными силами, стоящими над миром».

Многочисленные описания погружения в состояние транса встречаются в древнеиндийской литературе. В эпосе «Махабхарта, или Сказание о великой битве потомков Бхараты» приводится пример гипнотического воздействия на сознание человека. Гипнотизер смотрит внушиаемому прямо в глаза и мысленно сообщает ему свое желание или мысль, таким образом подчиняя себе чужие сознание и волю.

Во многих индийских племенах в состояние гипнотического транса впадали посредством ритуальных танцев, во время которых участники обряда пребывали в таком умописступлении, что могли вообразить себя кем угодно — хоть духом, хоть животным. Посредством заклинаний и внушения в Индии лечили многие болезни, делали заговоры.

Другой страной, где гипноз получил широкое распространение, является Австралия. Для австралийцев привычны такое понятие, как транс, и другие состояния, характеризующиеся изменением сознания. Для погружения в гипнотический сонaborигенами широко используются различные наркотические вещества, например питчери. Постоянное употреб-

ление этого наркотика оказало довольно сильное влияние на сознание австралийцев —aborигены склонны к повышенной внушаемости. У них даже существует понятие «внущенная смерть». Известно, что слово оказывает сильное влияние на человека, его сознание. Последующие примеры доказывают, что силой внушения можно даже убить врага.

Например, известно немало случаев, когда человеку предсказывали скорую смерть, и он, поверив в предсказание, действительно умирал тогда, когда наступал его «срок». По словам натуралиста Фроггита, когда чернокожий знает, что против него совершено колдовство, он «чахнет от страха». С этим связано поверье, что абориген для снятия проклятия должен найти средство против колдовства. Если такого не находится, «кровь человека портится», и он умирает.

Мероприятия по снятию заклятия также являются гипнозом: колдун или знахарь силой внушения заставляет больного поверить в устранение болезни. Подобный случай описан антропологом В. Спенсером. Исследователь рассказывал, как проходил обряд изгнания духа змеи из больного. Врачеватель, увидев мистическую змею, положил ее в сумку и унес в родную местность, где и повелел оставаться. Больной при этом почувствовал облегчение и пошел на поправку.

Из этого и многих других примеров следует, что успех магии знахарей во многом зави-

сит от самих пациентов. Несмотря на то что врачеватель имеет ряд физических средств для лечения и диагностики, главная роль отводится внушению. Для излечения от болезни больной должен безоговорочно верить колдуна.

Нельзя не упомянуть о вуду — религии афро-カリбских стран. Во время ритуалов, посвященных божествам лоа, люди становятся одержимы этими духами. Посредством обрядового танца, связанного с богом-змеей, группа людей входит в транс, во время которого душа временно покидает человека. Контроль над танцующими осуществляется лоа, причем участник танца перестает осознавать себя как личность, а становится лишь частью божества, выполняя его волю и желания. Черные маги вуду обладают способностью зомбировать людей, то есть превращать их в рабов, не имеющих собственной воли. Хотя тайна зомбирования до сих пор не раскрыта, исследователи предполагают, что, наряду с использованием специальных препаратов, колдуны вуду используют гипноз. Во всяком случае многие ритуалы основаны на силе внушения.

Если мы обратимся к древним скандинавским источникам, то и здесь увидим упоминание о гипнозе. Так, в скандинавских сагах рассказывается о чародеях, способных вызывать ложные видения, убивать врага одним взглядом и все разрушать с помощью заклинания.

О снах, способных исцелить, упоминается и в древнеегипетских книгах. Сон в стране фа-