

نویسنده: شاهره احمدی^۱

کاربرد هیپنوتیزم در علم پزشکی

چکیده:

هیپنوتیزم از شاخه‌های علم روانشناسی است که خصوصاً در سالهای اخیر بسیار مورد توجه همگان بوده است. این مقاله پس از معرفی مختصر و اشاره به نکاتی در تاریخ هیپنوتیزم و سابقه آن در ایران، به مباحثی در زمینه روانشناسی هیپنوتیزم، اثرات تلقین و تلقین پذیری، تاثیر مکانیکی هیپنوتیزم، نقش ذهن و روان در بیماری و سلامتی و ... می‌پردازد.

اینکه در سال ۱۸۴۱ دکتر برید، واژه هیپنوتیزم را که از لغت یونانی ((هیپنوز)) به معنای خواب گرفته شده بود، برای این حالت انتخاب کرد و با طرد و بایگانی تاریخی نظریه مانیتیزم (مانیتیزم)، عصر هیپنوتیزم علمی آغاز گردید. او معتقد بود که هیپنوتیزم بیشتر بر اثر حالت جذب و شور پدید می‌آید، که شکلی از باور به تمرکز یا فیکساسیون بود. پس از او، دکتر الیواتسون و دکتر اسدیل از تلقینات لفظی و قدرت ضد درد آن، برای انجام اعمال جراحی کوچک و بزرگ استفاده می‌کردند.

سالها بحث و جدل بین دکتر ژان شارکو، استاد بیماریهای اعصاب در بیمارستان سالیه تریه در پاریس و پروفیسور برنهایم -استاد دانشکده پزشکی نانس- وجود داشت و بالاخره به نفع برنهایم تمام شد. او معتقد بود که به کمک تلقینات لفظی و تحریکات عصبی، می‌توان به ایجاد هیپنوتیزم نایل آمد و با تجربیات و تحقیقات زیاد، نظریه شارکو را -که هیپنوتیزم را نشانه ای از هیستری می‌دانست- رد کرد. زمانی که ایجاد هیپنوتیزم از طریق تلقین پا گرفته بود، مایرز نظریه جالبی را مطرح کرد که بر اساس آن در سطحی پائین تر از هوشیاری، جدالی بین دو شخصیت درونی انسان برقرار است. این نظریه بعدها توسط برخی از روان شناسان آمریکا مانند پروفیسور ویلیام جیمز و دکتر بوریس سیدیس به صورت بهتری تعریف و توصیف گردید و نظریه ((ضمیر مادون آگاه)) پا به عرصه علم گذاشت. این نظریه به برخی از دانشمندان و پژوهشگران مکتب جدید نانس، کمک کرد و این افراد از جمله پروفیسور شارل ریشه، پیرژانه، امیل کوئه، پل دوبوا، اکوردویچ، موبیوس مایرز،

شاید شما نام ((خوزه سیلوا)) نویسنده کتاب پسر فروش دستان شفا بخش را شنیده باشید. نظر شما در باره این کتاب و مطالبی از این قبیل چیست؟ آیا این مسائل واقعیت دارد یا اینکه همگی اوهام و تخیلات است؟ در این مقاله سعی میشود به طور جامع و مختصر به بحث پیرامون این موضوع پرداخته شود.

الف) نکات تاریخی هیپنوتیزم:

تاریخ هیپنوتیزم نوین با زندگی دکتر ((فرانتس آنتوان مسمر)) آغاز می‌شود که در فواصل سالهای ۱۷۶۰ تا ۱۸۴۲ زندگی می‌کرد. او به ابعاد و اهمیت نظریه مغناطیس حیوانی، که صدها سال قبل از او هم وجود داشت، اهمیت و اعتبار زیادی بخشید. وی بر اساس این نظریه جذاب قدیمی، سیستم درمانی نو و پر قدرتی را بنا نهاد و علت پیدایش تمام بیماریهای انسانی را اختلال در توزیع این ((سیاله کیهانی)) در بدن انسان دانست و تصور می‌کرد این اشعه‌ها و انرژی‌های جهان شمول یا جانشین زمینی آنها، می‌تواند به برقراری سلامت کمک کند. هر چند در جریان ((بحرانهای مغناطیسی)) دکتر مسمر با تعداد بیشماری از پدیده‌های هیپنوتیزمی روبرو شده بود، ولی او کاملاً از این مساله بی‌خبر بود و بعدها یکی از شاگردان او به نام ((مارکی آرماند پویی سگور)) با خلسه هیپنوتیزمی برخورد کرد و آن را ((سومنامولیسم مصنوعی)) نامید. وی این حالت را مشابه با وضعیت خوابگردی می‌دانست، که در برخی از افراد در شب و در جریان خواب پدید می‌آید. پیروان دکتر مسمر و پویی سگور هم به غلط به عقیده مغناطیسی حیوانی معتقد بودند، تا

^۱ -دانشجوی سال دوم عمران دانشگاه آزاد اسلامی سنندج

گورنیه، استانی هال و فورن، در بسط و شکوفایی این علم جدید کمک کردند. هر چند هیپنوتیزورهای آمریکایی خود را جزء این طبقات نمی دانند، ولی آنها با برخی از استثنایهای بسیار معدود، می توانند جزء مکتب جدید نانسی به حساب آیند.

ب) سابقه هیپنوتیزم پزشکی در ایران:

بر اساس کتاب هیپنوتیزم پزشکی ولبرگ، مغان ایرانی - یکی از طوایف ششگانه مادها - از طریق تمرکزهای طولانی و سخت چشم، در خویش خلسه هیپنوتیزمی از نوع کاتا لپتیک به وجود می آوردند و در این شرایط ادعا می کردند به قدرتهای شفابخشی و درمانگری فوق طبیعی دست یافته اند. واژه ماژیک به عنوان جادو یا ساحری از کلمه مغ یا ماجی مشتق شده است. مانی فوق العاده بر تکنیک های هیپنوتیزم، با القای رؤیت و شهود مسلط بود و بر اساس آنچه که در کتاب ایران، در عهد ساسانیان آمده، به اقدامات شفابخشی و درمانگری هم مشغول بوده است. پروفیسور کریستن سن، در کتاب فوق در فصل مانی مفصلاً در متن و زیرنویس به این موضوع اشاره دارد. بر اساس مطالعات نیکلسون که در کتاب عرفای اسلام آمده، سیر و سلوک عرفا و صوفیان خیلی به پدیده های هیپنوتیزمی شباهت دارد. تاریخ هیپنوتیزم در ایران به صورت مقدمه ای بسیار مفصل و مستند در مقدمه کتاب هیپنوتیزم، در ۱۱ درس که توسط دکتر ژان - پیر گیوند تالیف و توسط بهنام جمالیان ترجمه شده، آمده است. در لحظات پایانی تهیه این کتاب، انجام دو جراحی بر روی لثه دو بیمار، تنها به کمک هیپنوتیزم و گزارش از ۷۷ مورد دیگر استفاده از هیپنوتیزم در دندانپزشکی، در دانشکده دندانپزشکی دانشگاه تهران توسط آقای دکتر پرویز ترک زبان (روزنامه اطلاعات به تاریخ ۷۲/۷/۱۴) این امید را به وجود آورد که هیپنوتیزم پزشکی و دندانپزشکی در ایران از تصور و آرزو به مرحله عمل رسیده است.

ج) روان شناسی هیپنوتیزم:

واقعاً هیپنوتیزم چیست؟ چه چیزهایی باعث پیدایش خلسه هیپنوتیزم می شود؟ مشخصات هیپنوتیزم کدام است؟ دکتر بوریس سیدیس که یکی از شاگردان پروفیسور ویلیام

جیمز بوده، به این ترتیب به مجموعه سوالات فوق جواب می گوید: ((هیپنوتیزم یک حالت غیرطبیعی (یا فوق طبیعی) مغز است که به صورت مصنوعی پدید آمده است و عمدتاً با خاصیت تلقین پذیری اغراقی مشخص می شود)) اگر ما به شرح و تفسیر مطالب فوق بپردازیم، متوجه می شویم که عامل مهم و مسلط در پیدایش و اختصاصات هیپنوتیزم، تلقین و تلقین پذیری است. آنچه که دکتر سیدیس از آن به عنوان صورت مصنوعی یاد می کند، تلقین است. نتیجه این جریان، که هیپنوتیزم نامیده می شود، یک حالت افزایش تلقین پذیری است و در این شرایط سوژه آمادگی یا تمایل شدیدی نسبت به قبول و اجرای تلقینات هیپنوتیزور نشان می دهد.

راستی تلقین چیست؟ دکتر سیدیس معتقد است، تلقین به این معناست که، یک عقیده به صورتی ناخوانده و سرزده به فکر فردی وارد شود و در این جریان با مقاومت و مخالفت بسیار ناچیزی روبرو شده و یا اینکه غالباً بدون بحث و انتقاد مورد قبول سوژه قرار گرفته و شواهد قبول این عقاید به صورت انجام برخی از اعمال و رفتارهای اتوماتیک و خودکار تظاهر پیدا کند. به عقیده بالدوین تلقین عبارت است از: ((گروه عظیمی از پدیده ها که با ورود راحت و ناگهانی به ضمیر ناخودآگاه مشخص شده و این عقاید و تصاویر از صافی ضمیر آگاه عبور نمی کنند... و این تصاویر و عقاید بصورت جزئی از جریان فکری ما در می آیند و بعدها این تلقینات از سوی سوژه، پذیرفته شده و از آن به بعد یا سوژه آنها را قبول کرده و یا اینکه بر اساس آنها عمل می کند.)) در زبان یا فرهنگ هیپنوتیزم، واژه تلقین در مفهوم دقیقش برای مشخص کردن مطالبی به کار می رود که هیپنوتیزور برای القای خلسه هیپنوتیزمی مورد استفاده قرار می دهد، همینطور مطالب و دستوراتی که به او در شرایطی ارائه می دهد که سوژه در خلسه هیپنوتیزمی قرار گرفته باشد. از سوی دیگر هیپنوتیزم یک حالت ذهنی است که در آن فرد از تلقین پذیری بهتر و مناسب تری بهره مند شده است و در مرحله قبل از پیدایش خلسه، این حالت را هیپنوتیزم پذیری یا تلقین پذیری می گوئیم.

ضمیر ناخود آگاه: ضمیر انسان دارای دو قسمت است و یا دو ساختمان مجزا در ضمیر آدمی وجود دارد. برای سهولت در بیان و فهم، بهتر است که بگوئیم هر انسانی دو ضمیر



می‌کنند که دقیقاً آنها چیزی درباره ماهیت هیپنوتیزم نمی‌دانند، تئوریهای متعددی در سالهای اخیر، به خاطر توصیف و توجیه پدیده هیپنوتیزم ابداع و عرضه شده است، ولی همه آنها نارسا و ناکافی به نظر می‌آیند. اگر تمام نظریه‌ها را هم در کنار هم بگذاریم، هنوز نمی‌توانند به تمام سؤالاتی که درباره هیپنوتیزم می‌شود جواب بگویند. ما امیدواریم که در آینده پژوهشگران بتوانند بر این وادی تاریک رشته‌هایی از نور بیفشانند.

چگونه می‌توان از قدرت درمانی نهفته در ذات، برای خویش و یا دیگران استفاده کرد؟

نیروهای شفا بخش که در وجود هر شخص قرار دارد، نیرویی اعجاز‌گر است و همه از این موهبت برخوردار هستند. این قدرت هستی بخش عبارتست از هوش و عقل، اعتدال و آرامش، نشاط و سرزندگی، حال موقعی که می‌گوئیم ما برای دیگران دعا می‌کنیم، منظور این است که ایده‌های صفات خدایی را به سر راه می‌دهیم. برای نیل به این هدف، می‌بایست شرایط روحی و جسمانی خاصی داشته باشیم که قبل از هر چیز آرامش لازم را در خود به وجود آوریم. این حالت بدان می‌ماند که گویی سوار قطار یا اتوبوس بوده‌اید و در حال عبور، نگاهتان به تابلویی افتاده و نوشته‌ای را در روی آن دیده‌اید و تمام متن آن نوشته در خاطرتان مانده و یا به عبارتی تمامی دقت شما معطوف آن گشته است. به همین ترتیب بایستی تمام دقت خود را متوجه قدرت شفا بخش وجود خویش سازید، در آن صورت است که ضمیر آگاهتان خواسته شما را، در خود جذب و منعکس خواهد کرد و خود از این دگرگونی ناگهانی که در شما به وجود خواهد آمد، حیرت خواهید کرد. حال اگر میخواهید برای یکی از عزیزان و نزدیکان خود که در بستر بیماری است، دعا کنید | نظر شخصی: با توجه به مبانی هیپنوتیزم پزشکی می‌توان گفت که «عناوینی» ((اتو هیپنوز)) است | او را در حال بهبودی و شفا یافتن در خاطر محسم کنید، که نیروی درمان بخش ذاتی او که هوش و خرد و کمال و نشاط و شور و شوق زندگی است، او را نجات خواهد داد. این ایده را از صمیم قلب بپذیرید و هیچ فکر دیگری را به سر راه ندهید. اگر بعداً هم خواستید از او یاد کنید، همان تصویر را به ذهن بنشانید، گویی برای نخستین بار است که به او می‌اندیشید. اگر آن

دارد، ضمیر آگاه و ضمیر ناخودآگاه. آن اعضا و قسمتهایی از بدن که ما می‌توانیم با اراده آنها را به حرکت در آوریم، در محدوده یا تحت تسلط ضمیر آگاه قرار دارند. زمانیکه ما می‌خواهیم، ضمیر آگاه ما غیر فعال شده و گویی از کار افتاده است و اعمال بدن با ضمیر ناخود آگاه اداره می‌شوند. در زمان خواب کلیه حرکات و رفتارهای ما، توسط ضمیر ناخودآگاه اداره و کنترل می‌شوند. رویاهای ما هم که در خواب شاهد آنها هستیم توسط ضمیر ناخودآگاه برانگیخته شده و جزئی از فعالیتهای ضمیر ناخودآگاه به حساب می‌آیند، ولی در زمان خواب هم، ضمیر ناخودآگاه ما از خارج غیرقابل دسترسی است. بنابراین به صورت ضمنی و تقریبی می‌توانیم بگوئیم که در زمان خواب ضمیر آگاه و ناخودآگاه - هر دو - به خواب می‌روند. در شرایط هیپنوتیزم تا حدود زیادی ضمیر آگاه غیر فعال شده و ضمیر مادون آگاه، تا حدود زیادی فعال می‌شود. هر قدر عمق خلسه بیشتر شود، بدن بیشتر تحت اختیار ضمیر مادون آگاه قرار می‌گیرد. در خلسه هیپنوتیزمی، ضمیر مادون آگاه نه تنها تمام اعمالی را تحت کنترل خود در می‌آورد که در گذشته، ضمیر آگاه بر آنها تسلط داشته، بلکه تا حدودی برخی از وظایف ضمیر ناخود آگاه را نیز بر عهده می‌گیرد و برخی از اعمال سیستم عصبی اتونوم یا غیر ارادی توسط آن اداره و کنترل می‌شود. یکی از عللی که برخی از بیماریها و الگوهای رفتاری نامناسب در این شرایط توسط هیپنوتیزم درمانی معالجه می‌شوند، همین خاصیت یا شرایط است. یک سوژه هیپنوتیزمی بیشتر تلقیناتی را که به او ارائه می‌شود، می‌پذیرد، مگر آنکه با ارزشهای والای مورد اعتقاد او شدیداً در تعارض باشد، در این شرایط ذهن آدمی قدرت تطابق زیادی نشان داده و بیشتر اعمال بدن سوژه، میتواند تا حدود زیادی با تلقینات هیپنوتیزور تعدیل یا تغییر پیدا کند.

حواس پنجگانه می‌تواند شدت و حدت فوق العاده‌ای پیدا کند و از سوی دیگر با تلقین، ضعیف و یا حتی متوقف گردد، بطوریکه سوژه نسبت به بسیاری از محرکها از جمله درد به اندازه ای بی‌توجه شود که تنها همانند آن را می‌توان در شرایط بیهوشی مشاهده کرد. طبیعت و ماهیت هیپنوتیزم هنوز به خوبی شناخته نشده است. بسیاری از کارشناسانی که در زمینه هیپنوتیزم فعالیت می‌کنند، به سادگی قبول

دلسوزی دیگران برای خود، بروز اشکال در ایجاد رابطه با دیگران، حفظ مناسبات و ارتباطات انسانی به مدتی طولانی، داشتن تصویر مخلوط و مبهم از خویش. به اینها باید احساس اساسی طرد شدن از سوی یکی از والدین یا هر دو را علاوه کرد، که این موارد در تاریخچه زندگی بیماران سرطانی عمدتاً وجود داشته است)). دکتر سیمونتون به این نکته اشاره آشکار دارد که هیجان منفی و مخرب یکی از عواملی هستند که جسم انسان را در معرض خطر بیماری قرار می‌دهند. پس این را هرگز نباید از نظر دور داشت که ضمیر باطن، همواره بایستی تحت نظارت ضمیر روشن و آگاه قرار داشته باشد و فعالیت آن را به هر حال تحت کنترل در آورد تا شور و نشاط حیات و روشنی و نور از آنجا ساطع شود.

تاثیر مکانیکی هیپنوتیزم :

بسیاری از روانشناسان عقیده دارند که ارگانیزم انسان و اصولاً تمام موجودات زنده، که پیکرشان از اتمها و مولکولها تشکیل می‌شود، علاوه بر آن، پیکره ای از انرژی ناب و خالص دارد که البته این انرژی را نباید با انرژی معمول و الکتریسیته و مغناطیس زمینی یکی دانست. گر چه طب نوین وجود چنین انرژی را در ارگانیزم منکر می‌شود، ولی چه جای شگفتی است که تا همین چندی پیش بسیاری منکر وجود پدیده ای به نام ((تله پاتی یا ارتباط افکار از راه دور)) می‌شدند. از این رو از چند دهه پیش دانش جدیدی در رشته روانشناختی به وجود آمد که به اختصار P.S.Y یا پاراپسیکولوژی (Para Psycho Logie) نامیدند. جالب آنکه دانشمندان توسط آزمایشهای علمی به وجود تله پاتی نیز پی‌بردند. در چند دهه قبل در حوالی سالهای ۱۹۳۰ پزشکی به نام ((سولیه دموران)) در بازگشت از خاور دور، دانش جدیدی موسوم به طب سوزنی به ارمغان آورد که در عالم پزشکی سر و صدا و هیجان زیادی به پا کرد. او که این فن را از طبیبان چینی آموخته بود تصمیم داشت تا آن را به هم قطاران خود در اروپا و آمریکا و سایر نقاط جهان بیاموزد، ولی با مخالفت پزشکان آن عصر و زمانه که حاضر نمی‌شدند با سوزن به جان بیمارانشان بیفتند، روبرو شد. در حالیکه اکنون طب سوزنی در دانشکده های پزشکی دنیا تدریس می‌شود و بسیاری از بیماران هم با این روش و هم با انتقال انرژی

شخص از نزدیکان است این آرزوی باطنی را روزانه چند بار تکرار کنید. درمان درد او، ممکن است به سرعت و یا با مرور زمان انجام شود، که این نیز بستگی به ایمان شما دارد. واقعیت این است که گیرنده پیام (آرزوی قلبی) باید به گونه‌ای نیت قلبی شما را ادراک کند و ضمیر باطن او با احساس و اندیشه و نیروی شفا دهنده عجین شود. از سوئی، بر حسب قوانین خاص ضمیر باطن که هر چه را در خود بپذیرد، منعکس خواهد کرد، تندرستی جایگزین بیماری خواهد شد. این را به خاطر داشته باشید که در هنگام دعا برای دیگران، هرگز آنها را در حالت بد روحی و جسمی تصور نکنید. آموزگاری به مادر شاگردش چنین می‌گفت: ((من فکر می‌کنم که پسر شما کمی عقب افتاده اس، بی هوش و کم حواس است و من که به او امیدی ندارم)). مادر که پسرش را خیلی دوست داشت با این گفته‌ها دست به دعا برداشت: ((من این را یقین و باور دارم که هوش بیکران در ذات وجود او سر بر می‌دارد و مطمئن هستم که عقل و خرد خداوندگار، در او وجود دارد و هوش و ذهن او از پرتو آن غرق در نور و روشنایی می‌شود)). آن زن هر روز، صبح و عصر، حدود ده دقیقه این حقایق جاودانی را در منتهای خلوص نیت تکرار می‌کرد، تا صفات مکتوم در اعماق ضمیرش را از حالت خفگی درآورد. در آن حال او پسرش را در پیش روی خود مجسم می‌کرد که به او خطاب می‌کند: ((مادر، نگاه کن چه نمره خوبی گرفته ام و آقا معلم تشویقم کرده)). مادر این کلمات را به وضوح می‌شنید و پس از آنکه خود را در حالت آرامش مطلق قرار می‌داد، از این موضوع یقین حاصل می‌کرد که تصویر ذهنی او هر آنچه را که آرزویش را داشته، برایش فراهم خواهد ساخت. طولی نکشید که پسرک شاهد عینی آرزوهای مادر شد و تحولاتی در او به وقوع پیوست آن حقیقتی که مادر بدان ایمان داشت، باعث شد تا آمل قلبی او به فرزندش سرایت کند و ذهنیات او را نیز دگرگون و متحول سازد. آری: اندیشه، احساس، باور و عقیده می‌تواند جان بگیرد و حالت عینی پیدا کند.

نیروی روحی سرطان را مغلوب می‌کند. دکتر کارل سیمونتون-یکی از متخصصان مشهور غدد سرطانی- در مقاله‌ای که درباره پیشگیری از بیماری سرطان نگاشته در این باره چنین توضیح می‌دهد: ((برخی از خصوصیات عمده بیمار سرطانی عبارت است از گرایش به برانگیختن حس



رویه‌های شبانه، نمی‌تواند ماده و جوهر اصلی خود را صرفاً از سرخوردگیها و واپس‌زدگیهای گذشته به دست آورد.

نقش ذهن و روان در بیماری و سلامتی :

ذهن ما قادر است ما را بیمار سازد و نیز قادر است ما را سالم گرداند. این از اکتشافات مجدد قرن بیستم است. در گذشته‌های دور، اهمیت زیادی نسبت به نقش ذهن و روان در سلامتی انسان قائل می‌شدند و یکی از مهمترین تجویزهایی که پزشکان قدیمی به بیماران خود می‌کردند چنین بود: ((به یک سفر برو و سعی کن مدتی از اینجا دور باشی)). در واقع آنچه که پزشکان با این تجویز قصد داشتند به بیماران خود القاء کنند، این بود که در حال حاضر چیزی باعث سلب آرامش آنان شده و تغییر و تحول در زندگی باعث بهبودی بیماران خواهد گردید. با به کار گیری نیروهای ذهنی، شما خواهید توانست سلامتی عمومی خود را حفظ کنید، سیستم ایمنی بدنتان را فعالتر سازید و میزان انرژی بدنتان را افزایش دهید. علاوه بر این از دست عوامل تهدید کننده سلامتی، همچون سرما خوردگیها، سردردها و امراض رها خواهید شد و در زمینه بهبودی از بیماریهای خطرناک تر و حتی بیماری سرطان، کمکهای مؤثری به پزشک متخصص خود خواهید نمود. روش سیلوا راهی است امتحان شده و نتیجه بخش در جهت به خدمت گرفتن نیروهای ذهنی یا به کارگیری این متد شما نه تنها کنترل سلامتی خود را در اختیار خواهید گرفت، بلکه حتی خواهید توانست دیگران را از فاصله‌های دور _ بدون اینکه حتی اطلاعی از آن داشته باشند _ در استفاده از برخی امکانات یاری رسانید. امروز علم از این مساله آگاه است، که چنین توانایی در انسان وجود دارد و شعور و نیروهای ذهنی انسان می‌تواند از ابعاد زمانی و مکانی فراتر رود و بر اشیاء و موضوعات پیرامون _ حتی از فاصله ای بسیار دور _ تأثیر گذارد. دانشمندان تا کنون نتوانسته‌اند این پدیده را از نظر علمی توجیه کنند. اخیراً در مؤسسه علوم ذهنی سان‌آنتونیو در تگزاس، آزمایش‌های تحت شرایط آزمایشگاهی توانسته‌اند میزان فعالیت الکتریکی پوست افراد دیگری را که در فاصله ای چندین متر دورتر از آنها در اتاق دیگری قرار داشتند، آزمایش کنند و فعالیت آن را افزایش دهند. در آزمایشگاه دیگری در مؤسسه بکستر در سان‌دیاگو، محققان موفق شده‌اند، تأثیر

مغناطیسی که بصورت دست کشیدن بر موضع درد صورت می‌گیرد، شفا یافته و عمر دوباره پیدا کرده‌اند.

هیپنوتیزم و تلقین :

با شناخت کافی از اصول تلقین، به کشف فرآیندهای خودهیپنوزی که همان افشاندن دانه‌های معین در کشتزار ضمیر باطن است، نایل خواهیم شد. به این منظور بهتر است به مکتبهای تلقینی که از قرن نوزدهم آغاز می‌شود و به جای علم بصورت هنر در می‌آید اشاره نمائیم. ((هانری دورویل)) در ۱۹۲۰ چنین نوشته بود: ((ما هر اطلاعاتی از تلقین عقلانی شده (یعنی تحمیل آرام به فکر و به عقل) داشته باشیم آن را باید مدیون دکتر برنهایم و دو بوا بدانیم که معلومات خود را در اختیار ما نهادند. در ۱۸۸۶ برنهایم در باره فرآیند تلقین بدین گونه اظهار نظر کرده بود: ((تلقین عبارت است از برانگیختن ایده ای در مغز و شناساندن آن به عنوان یک عنصر حقیقی توسط استعدادهای شعور و ادراک و یا تحمیل آن با دخالت ضمیر باطن)).

روانکاوای فروید در باره هیپنوتیزم :

زیگموند فروید در ششم مه ۱۸۵۶ در موراویا به دنیا آمد و در ۱۹۳۹ در گذشت. در عمر پربار خویش ضمن تحقیق و تالیف فراوان در قلمرو روان و نفس، همراه با بروئر یکی از همکارانش روانکاوای یا پسیک‌آنالیز را بنیان نهاد. او ابتدا فعالیت خویش را در موسسه شارکوی پاریس در زمینه هیپنوز یا خواب مصنوعی آغاز کرد. لیکن پس از چندی درمان بیماران را با هیپنوز رها کرد، تا با تداعی آزاد ایشان را معالجه نماید. طرز کار او به این ترتیب بود که این بار بدون اینکه بیمار را بخواباند (هیپنوز) به او امکان می‌داد تا ضمیر باطن خویش را فاش سازد (گاهی سالها طول می‌کشید تا فروید می‌توانست به آنالیز باطن بیمار دست یابد).

نظرگاه فروید بر دو عنصر اصلی قرار داشت یعنی تعبیر رویه‌هایی که اساس و باطنشان از واپس‌زدگی و غریزه جنسی کودکان ناشی می‌شد. در آن صورت بود که به قلمروی مجهول و تاریک از روح بشر رسید که تا آن زمان بر کسی مکشوف نشده بود و آن ضمیر ناخودآگاه یا شعور تاریک (ضمیر باطن) بود. نام فروید بر سر زبانها افتاد و از آن به بعد بیشتر آثار او به بیشتر زبانهای دنیا ترجمه و چاپ شد. به هر تقدیر، اینک این موضوع به ثبوت رسیده است که



دلیل آن این است که دانشکده های پزشکی آموزش‌هایی صرفاً زیستی - جسمی ارائه می دهند و نقش روان را در درمان بیماریها نادیده می انگارند.

مطالب ضمیمه

الکتروآنسفالوگرافی: ضبط امواج مغز توسط الکترودهایی که روی جمجمه نصب می شود صورت می گیرد، امواجی که از غشاء مغزی پخش می گردد، بصورت میلیونوم ولت ضبط می شود. امواج مزبور توسط قلم مخصوصی روی کاغذ اثر می گذارد. قدرت هر گرایش و احساس با ارتفاع اثر و فرکانس با تعداد کنگره ها و پستی و بلندیها با ثابته مشخص می شود. تعدادی از دستگاه های علمی دقیق، برای آزمایش قلب و مغز مورد استفاده قرار می گیرد تا میزان اختلالات این دو عضو مهم تعیین شود. در زیر به شماری از امواج به دست آمده از الکتروآنسفالوگرافی اشاره می کنیم:

امواج آلفا: بین ۸ و ۱۳ سیکل در ثانیه است و در هنگام خواب رفتن به وجود می آید. سوژه بیدار و در حال استراحت است و امواج مزبور بیشتر به تعداد اعصاب و تعمق باطنی مربوط می باشد. امواج کند است و این امر، علامت داشتن حالتی آرام و دلپذیر است.

امواج بتا: بین ۱۴ و ۳۰ سیکل در ثانیه است و این امواج سریع و فشرده، علامت تمرکز شدید است و می تواند ناشی از آشفته‌گی ذهنی و بی قراری باشد.

امواج دلتا: ۰/۵ تا ۳/۵ سیکل در ثانیه است و نشانه پاک شدن شعور است. می تواند نشانه خستگی و بیماری نیز باشد. **امواج تتا:** بین ۴ تا ۷ سیکل در ثانیه است و امواجی کند و تصویر ساز است و مرتبط با نیروی تخیل خلاقه و تعمق باطنی. وجود آن در سوژه بیدار استثنایی است و توسط هیپنوتیزم ایجاد می شود.

منابع:

- ۱- دکتر مورنی ژوزف، ترجمه هوشیار رزم آزما. قدرت شگرف روح، سینج چاپ فجر اسلام، چاپ دوم، پائیز ۱۳۷۴.
- ۲- سیلوا خوزه، البستون رابرت، ترجمه مجید پزشکی، داستان شفابخش. نسل نوآندیش، چاپ چهارم خرداد ۷۷.
- ۳- آرونز هاری، ترجمه دکتر رضا جمالیان. روش نوین شدن در هیپنوتیزم، چاپ چهارم، ۱۳۷۶.
- ۴- دکتر مورنی ژوزف، ترجمه هوشیار رزم آزما. نیروی تفکر مثبت، ناشر سینج، چاپ ششم، زمستان ۱۳۷۴.

افکار یک آزمودنی را بر روی سلولهای آزمودنی واقع در گوشه دیگر اتاق، نشان دهند. با وجود همه اینها، شما به تدریج آگاه خواهید شد که بهترین آزمایشگاه همان خانه شماست، جاییکه طی بیست قرن افراد بیشماری از تمام سطوح سنی و زمینه های فرهنگی مختلف، نیروهای ذهنی خود را جهت حفظ تندرستی خود و دیگران به کار بسته اند. اکنون، ممکن است برسید که اینها چه فایده‌ای برای ما دارد؟ در جواب شما باید گفت فایده اینها آن است که اگر شما نحوه کنترل ذهن و روانتان را بیاموزید، از یک زندگی طولانی تر، شادمانه تر و توأم با تندرستی و نشاط برخوردار خواهید شد. در این زمینه باید این را اضافه کنیم که هم اکنون روش سیلوا در بیش از هفتاد کشور دنیا آموزش داده می شود. میلیونها نفر از افرادی که در دوره های روش سیلوا شرکت داشته اند، نه تنها از آن پس از نیروهای ذهنی خود در جهت حفظ سلامتیشان بهره می برند، بلکه از توانایی روشن بینی، خلاقیت، بهره هوشی و توانایی حل مشکلات به میزان خارق العاده ای برخوردار هستند. دوره عملی روش سیلوا، شامل یک دوره آموزشی ۳۳ ساعته است که معمولاً در طی چهار روز ارائه می گردد.

ذهن شما همانند یک کامپیوتر بدنتان را اداره می کند:

روش سیلوا ارتباط تنگاتنگی با عملکرد سیبرنتیکی مغز دارد یعنی این روش همانند یک کامپیوتر ذهنی، به عمل می پردازد. مغز انسان دارای سی بیلیون سلول عصبی (نورون) می باشد و این سلولها به مانند قطعات درونی یک کامپیوتر به شمار می روند. مغز کامپیوتر مانند ما، آنچنان برنامه ریزی شده است که بدن ما را اداره کند و تجارب و یادگیریهایمان را ذخیره سازد تا در موقع لزوم بتواند آنها را مورد استفاده قرار دهد.

پذیرش تاثیر ذهن بر بدن از طرف مجامع پزشکی:
سیاست مجامع پزشکی، تکیه بر جنبه های جسمانی درمان است. پزشکان توضیحات دیگری در این زمینه، غیر از تاثیر گذاری روان و ذهن بر بدن، ارائه می دهند.