نویسنده: شاهو 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.

شاید شما نام ((خوزه سیلوا)) نویسنده کتاب پر 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 می شود که در فواصل سالهای ۱۷۶۰ تا ۱۸۴۲ زندگی می کرد. 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 می کرد این اشعه ها و انرژی‌های جهان شمول یا جانشین زمینی آنها، می تواند 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 ((سومنامبولیسم مصنوعی)) نامید . وی این حالت را مشابه با وضعیت خوابگردی می‌دانست ،که در برخی از افراد در شب و در جریان خواب پدید می آید . پیروان دکتر مسمر و پویی سگور هم به غلط به عقیده مغناطیسی حیوانی معتقد بودند، تا 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 مانیاتیزم (مانیتیسم) ، عصر هیپنوتیزم علمی آغاز گردید . او معتقد بود که هیپنوتیزم بیشتر بر اثر حالت جذبه وشور پدید می آید ،که شکلی از باور به تمرکز یا فیکساسیون بود . پس از او ، دکتر الیوانسون 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 سالپه تریه در پاریس و پروفسور برنهایم –استاد دانشکده پزشکی نانسی– وجود داشت و بالاخره به نفع برنهایم تمام شد. او معتقد بود که به کمک تلقینات لفظی و تحریکات عصبی، می توان به ایجاد هیپنوتیزم نایل آمد و با تجربیات و تحقیقات زیاد ، نظریه شارکو را –که هیپنوتیزم را نشانه ای از هیستری می دانست – 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 پروفسور 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 نانسی ،کمک کرد و این افراد از جمله پروفسور شارل ریشه ، پیرژانه ، امیل کوئه ، پل دوبوآ ، اکوردویچ ، موبیوس مایرز ،

[۱] –دانشجوی سال دوم عمران دانشگاه آزاد اسلامی سنندج

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-22]

گورنیه ، استانلی هال و فورل، 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 استثناهای 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 . پروفسور 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 . درلحظات 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 پروفسور ویلیام جیمز بوده ، به این ترتیب به مجموعه سوالات فوق جواب می‌گوید : ((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 ودر این شرایط سوژه آمادگی یا تمایل شدیدی نسبت به قبول و اجرای تلقینات هیپنوتیزور نشان می‌دهد.

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

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-22]

دارد، ضمیر آگاه و ضمیر ناخودآگاه . آن اعضا و قسمتهایی از بدن که ما می توانیم با اراده آنها را به حرکت در آوریم، در محدوده یا تحت تسلط ضمیر آگاه قرار دارند . زمانیکه ما می‌خوابیم ، ضمیر آگاه ما غیر فعال شده وگویی از کار افتاده است و اعمال بدن با ضمیر ناخود آگاه اداره می شوند . در زمان خواب کلیه حرکات و رفتارهای ما، توسط ضمیر ناخودآگاه اداره و کنترل می شوند. رویاهای ما هم که در خواب شاهد آنها هستیم توسط ضمیر ناخودآگاه برانگیخته شده و جزئی از فعالیتهای ضمیر ناخودآگاه به حساب می آیند، 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 می روند. در شرایط هیپنوتیزم تا حدود زیادی ضمیر آگاه غیر فعال شده و ضمیر مادون آگاه، تا حدود زیادی فعال می شود .هر قدر عمق خلسه بیشتر شود، بدن بیشتر تحت اختیار ضمیر مادون آگاه قرار می گیرد. در خلسه هیپنوتیزمی، ضمیر مادون آگاه نه تنها تمام اعمالی را تحت کنترل خود در می آورد که در گذشته، ضمیر آگاه بر آنها تسلط داشته، بلکه تا حدودی برخی از وظایف ضمیر ناخود آگاه را نیز بر عهده می گیرد و برخی از اعمال سیستم عصبی اتونوم یا غیر ارادی توسط آن اداره و کنترل می شود . یکی از علتی که برخی از بیماریها و الگوهای رفتاری نامناسب در این شرایط توسط هیپنوتیزم درمانی معالجه می شوند، همین خاصیت یا شرایط است . یک سوژه هیپنوتیزمی بیشتر تلقیناتی را که به او ارائه می شود . می پذیرد ، 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 پیداکند .

حواس پنجگانه می تواند 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 بی توجه شود که تنها همانند آن را می توان در شرایط بیهوشی مشاهده کرد . طبیعت و ماهیت هیپنوتیزم هنوز به خوبی شناخته نشده است . بسیاری از کارشناسانی که در زمینه هیپنوتیزم فعالیت می کنند ، به سادگی قبول می‌کنند که دقیقاً آنها چیزی درباره ماهیت هیپنوتیزم نمی دانند، 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 می آیند . اگر تمام نظریه ها را هم در کنار هم بگذاریم، هنوز نمی توانند به تمام سوالاتی که درباره هیپنوتیزم می شود جواب بگویند . ما امیدواریم که در آینده پژوهشگران بتوانند بر این وادی تاریک رشته هایی از نور بیفشانند.

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

نیروهای شفا بخش که در وجود هر شخص قرار دارد، نیرویی اعجاز گر 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 می گوئیم ما برای دیگران دعا می کنیم ، منظور این است که ایده های صفات خدایی را به سر راه می دهیم . 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 می ماند که گویی سوار قطار یا اتوبوس بوده اید و در حال عبور، نگاهتان به تابلویی افتاده و نوشته ای را در روی آن دیده اید 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 سازند، 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 می توان گفت که دعا نوعی ((اتو هیپنوز)) است ! او را در حال بهبودی و شفا یافتن در خاطر مجسم کنید، که نیروی درمان بخش ذاتی او که هوش و خرد و کمال و نشاط و شور وشوق 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 می اندیشید . اگر آن

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-22]

شخص از نزدیکانتان 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 نیات 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 بپذیرید ، منعکس خواهدکرد ، 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 می گفت: ((من فکر می کنم 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 گفته ها دست به دعا برداشت: ((من این را یقین و باور دارم که هوش بیکران در ذات وجود او سر بر می دارد 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 می شود)) . 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 خفتگی درآورد. در آن حال او پسرش را در پیش روی خود مجسم می کرد که به او خطاب می کند: ((مادر، نگاه کن چه نمره خوبی گرفته ام و آقا معلم تشویقم کرده)). مادر این کلمات را به وضوح می شنید و پس از آنکه خود را در حالت آرامش مطلق قرارمی داد ، ازاین موضوع یقین حاصل می کرد 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 آمال قلبی او به فرزندش سرایت کند و ذهنیات او را نیز دگرگون و متحول سازد. آری: اندیشه، احساس ، باور و عقیده می تواند جان بگیرد و حالت عینی پیدا کند.

نیروی روحی سرطان را مغلوب می کند. دکتر کارل سیمونتون–یکی از متخصصان مشهور غدد سرطانی– در مقاله‌ای که درباره پیشگیری از بیماری سرطان نگاشته در این باره چنین توضیح می دهد: ((برخی از خصوصیات عمده بیمار سرطانی عبارت است از گرایش به برانگیختن حس 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 عمدتا" وجود داشته است)). دکتر سیمونتون به این نکته اشاره آشکار دارد که هیجانات 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 اصولا" تمام موجودات زنده ،که پیکرشان از اتمها و مولکولها تشکیل می شود ، 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 می شود، 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 نمی شدند با سوزن به جان بیمارانشان بیفتند، روبرو شد. در حالیکه اکنون طب سوزنی در دانشکده های پزشکی دنیا تدریس می شود و بسیاری ازبیماران هم با این روش و هم با انتقال انرژی

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-22]

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

هیپنوتیزم و تلقین :

با شناخت کافی از اصول تلقین، به کشف فرآیندهای خودهیپنوزی که همان افشاندن دانه های معین در کشتزار ضمیر باطن است، نایل خواهیم شد. به این منظور بهتر است به مکتبهای تلقینی که از قرن نوزدهم آغاز می شود و به جای علم بصورت هنر در می آید 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)).

روانکاوی 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 روانکاوی یا پسیک آنالیز 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 می داد تا ضمیر باطن خویش را فاش سازد (گاهی سالها طول می کشید تا فروید می توانست به آنالیز باطن بیمار دست یابد).

نظرگاه فروید بر دو عنصر اصلی قرار داشت یعنی تعبیر رویاهایی که اساس و باطنشان از واپس زدگی و غریزه جنسی کودکانه ناشی می شد. 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 رویاهای شبانه، نمی تواند ماده و جوهر اصلی خود را صرفاً از سرخوردگیها و واپس زدگیهای 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 می شدند و یکی از مهمترین تجویزهایی که پزشکان قدیمی به بیماران خود می کردند 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 با به کارگیری این متد شما نه تنها کنترل سلامتی خود را در اختیار خواهید گرفت، بلکه حتی خواهید توانست دیگران را از فاصله های دور ــ بدون اینکه حتی اطلاعی از آن داشته باشند ــ 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 می تواند از ابعاد زمانی و مکانی فراتررود و بر اشیاء و موضوعات پیرامون ــ حتی از فاصله ای بسیار دور ــ تاثیر گذارد . دانشمندان تا کنون نتوانسته‌اند این پدیده را از نظر علمی توجیه کنند. اخیراً در مؤسسه علوم ذهنی سان‌آنتونیو در تگزاس ، آزمودنیهای تحت شرایط آزمایشگاهی توانسته اند میزان فعالیت الکتریکی پوست افراد دیگری را که در فاصله ای چندین متر دورتر ازآنها در اتاق دیگری قرار داشتند، آزمایش کنند و فعالیت آن را افزایش دهند . در آزمایشگاه دیگری در مؤسسه بکستر در سان‌دیاگو، محققان موفق شده اند، تاثیر

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-22]

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، جائیکه 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 بپرسید 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 توام 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 ۳۲ ساعته است که معمولاً در طی چهار روز ارائه می‌گردد.

ذهن شما همانند یک کامپیوتر بدنتان را اداره می‌کند:

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 بربدن از طرف مجامع پزشکی:

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

دلیل آن این است که دانشکده های پزشکی آموزشهایی صرفاً زیستی ـ 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 میلیونیوم 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 ثانیه 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 می‌تواند ناشی از آشفتگی 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. سپنج چاپ فجر اسلام، چاپ دوم، پائیز ۱۳۷۴.

۲- سیلوا خوزه، الیستون رابرت ، ترجمه مجید پزشکی. دستان شفابخش. نسل نواندیش ، چاپ چهارم خرداد ۷۷ .

۳- آرونز هاری، ترجمه دکتر رضا جمالیان. روش نوین استاد شدن در هیپنوتیزم. چاپ چهارم، ۱۳۷۶ .

۴- دکتر مورنی ژوزف، ترجمه هوشیار رزم آزما. نیروی تفکر مثبت. ناشر سپنج ، چاپ ششم، زمستان ۱۳۷۴ .

[Downloaded from zanko.muk.ac.ir on 2026-11-22]