

80

ГІПНОТИЗМ І СУГГЕСТІЯ.

ЧАСТЬ I.



З численними ілюстраціями.

Накладом Руської Книгарні, 850 Мейн Стр.
ВІННІПЕГ, МАН.

ГІПНОТИЗМ і СУГЕСТІЯ



Короткі і популярні вказівки до гіпнотизова-
ня і піддавання сугестій в цілях лічних
і педагогічних.

З численними ілюстраціями.



Накладом Руської Книгарні, 850 Мейн стріт.
ВІННІПЕГ, МАН.

В С Т У П .

Хто справою гіпнотизма або її спорідненими проявами до тепер ближше не займався, звичайно представляє собі через відносні поняття щось надзвичайного і майже надприродного, або також все то, що о нїм чув, уважає за дуристіство і обманство. Все ще много не знає о тїм, що явища гіпнотичного сна від років вже признані наукою і що від давна відхилено в значній мірі містичну заслону надприродности, якою покривили сї справи мрітелі і недівчені дев'ятнадцятого столїтя.

Тай ще нині лише мала горстка вчених обізнана докладно із змістом гіпнотизма. Много натуралїстів, навіть лікарів, з яких заводом сї річи лучать ся стисло, не мають під тим зглядом більше відомости від звичайного нефармацевта. З другоїж сторони много нелікарів і осіб так муштин як і женщин без університетського образования практично здобули собі солідне знанє річий в тій галузи фізіології і психології.

По правді, знанє гіпнотизма і гіпнотичної сугґестії повинно стати ся даром цілого людства. Очевидно, особи, що не знають будови ані діланя людського організма, не повинні практикувати при помочи гіпнотизма лікарської фармерки на своїх ближніх — з певністю ні! Але як уважний читач із слїдуючих розділів може перекопати ся, то знанє явищ гіпнотичних і без сего має дуже велике значінє, навіть в буденнім житю. Побіч сего дозволяє нам гіпносізм глянути в глибину людської душі, на яку кидає нероз ясний промінь світла.

I.

ДЕЩО З ІСТОРІЇ ГІПНОТИЗМА.

Ошибочним було би припущенє, що гіпнотизм є добичею новішого часу. Річ та так стара як сам людський рід, що стремить від гадати всякі тайни природи. З передань старинних народів знаємо, що крім многих прочих психольогічних і фізіольогічних вражінь докладно сліджено прояви сна. А де нас опускають найстарші переданя там памятники влинястого письма, країв положених mezi Евфратом а Тигрон, що сягають геть в глубину старину, з якої всякі инші переданя пропали — кажуть, що найстарший цивілізований нарід на землі Акадіяни або Сумерани, стояв вже на дуже високім степени просвіти, умів уживати гіпнотизму в такий самий спосіб, як то роблять нині. В знаменитій школі в Ереху позістав з прадавних часів твір, з якого славний Асурбанагабал* (біблійний Сардананаль в семім столітю до Христа) казав зробити відпись дотриману в значній части до нині. В другій книзі сего твору знаходять ся певні докази, що в старинній Акадії були сталі урядники, що були обовязні лічити хорих при помочи піддавоқ (гіпнотичних сугестій) се є через вмовлюванє в усиленє. Найдавніший санскритський документ, книга правна Мануса, має вже стилі вказівки до засиплюваня. Говорить ся там і про сон на яві і про сон з умаренями і про оден сон приємний, а се подає вказівки досить докладні про знанє гіпнотизма.

*) Або Асурбаніпаль, королі Асирії; (від 667 до 626 р. пер. Хр.)



Сила впливу Сугестії.

Жерці старинного Єгипта, що були рівночасно народними лікарями, клали перед очі хорих металні, лискучі щити та старалися тим способом викликати сон, що мав уздоровити. Опісля надibuємо гіпнотизм також у старинних Греків і то під назвою святиняного сну. В Епідаврї була найславнїйша святиня Ескуляпа*), куди відбували паломництва цілі маси народа, аби набрати просвічення через небесні сні для відзискання підірваного здоровля. Святиня та стояла в принадній околиці на узгірїю, окружена городами для грів і святими гаями.

В самій святини находився спальний дїм для недужих, а недалеко мраморна купіль. Ті, що шукали помочи, мусїли поперед усього заховувати певного рода поздержнїсть і обїтувати готовїсть виконання всього, що їм прикажуть. Опісля жерці, для збудження уваги хорих, показували в передсїнках божеські ікони і свячені статуї. Купіль належала до вступної курації, як невідкличне услівє. Також не треба було занедбувати питя води як співає Арістид*) »через чудесне жерело в Пергамі« навіть нїмі відзискували мову. Немічні засипляли звичайно в святини і в сні висказували власну хворобу і оздоровляючі середники. Сплячих в покоях в глибокій тишинї лишали їхнїм привидам і божеським роздумам, при чїм

*) Ескуляп або Есклєпїй, мітичний бог лічництва, син Аполлона, не лише лічив хорих, але також воскрешав мертвих. Розгнїваний Зевс кинув на него громом на просьбу Плутона, бога підземеля, якого держава ізза вдалого лічення Ескуляпа була паражена за вилюднене.

*) Не вожд атенський, що помїг Мільтіядови поконати Персів під Маратоном 490 р. пер. Хр., але архїстид Мілету, звїсний грецький писатель з другого столїтя по Хр.

жерці по збуджуванню хорих оголошували їм призначений спосіб лічення, як припис дарований богом. Бо недужі (як подає Геродот* «) в більшості випадків не пригадували собі сего, що зайшло підчас їхнього снання. Та були і тоді в святинях незасипляючі хорі як і тепер існують люди, яких не можна заспати гіпнозою. Для таких були особні жреки, сомнабульки. В святині Аполлона в Дельфах жрекиня, іменем Питія, сідала на золотім триніжку, що стояв над прогалиною в скалі, я якої видобували ся сірчані вапори. В наслідок сего впадала вона в захватовий сон (екстатичний), підчас якого подавала лічнічі середники для неподатних пацієнтів. Однак були тоже недужі, хоча засипляючі, які не давали ся уздоровити, що заходило (як голосить Арновій) найчастійше поміж сухітниками. І ся обставина свідчить за тим, що там була мова про гіпнотичні явища, бо відомо, що гіпнотичні піддавки не мають впливу на сухоти. І в Римлян існували Сібілі (пророчиці), які на взір грецьких патій ділали в самочиннім уснаню.

Із введенєм християнства поступенно занепадала віра в боже походженє сих явищ а навіть, як побачемо опісля, уважали їх за діла чорта.

Будь-що-будь і в часах похристових знаходимо много доказів на се, що знали гіпно-тизм і його діланє. Так приміром Порфірій**)

*) Загально звісний та дуже поважаний грецький історик, уроджений в Галікарнасі і названий Атенцями »батьком історії« (484 — 406 перед Хр.)

**) Латинський писатель, захитник християнства; умер 327 р. по Христї.

римський поет з другого віка по Христі опи-
сує борби mezi Пльотином а Олімпі-
єм. Пльотин візвав Олімпія на магічні штуки
і ся надзвичайна борба мала відбутися в при-
сутности учеників обох сторін. Пльотин на-
пер з плизка на Олімпія встромив через кіль-
ка хвиль острій і проникливий погляд в очи
противника і ошієля сказав так голосно, що
всі чули: »Глядіть, черево Олімпія стягає ся
так як мішок на гроші«. Олімпій почув біль і
признав, що Плотин посідає більшу силу чим
він сам.

В 11. століттю віднаходимо гіпнотизм на
горі Атос в монастири Гесіхастів, які мали
наводити самоуспанє через зверненє погляду
на свій пупець. Задля сего називали їх Омфа-
льопсихіками, себто пупогледами. В пізній-
шім часі знаний лікар середновічний, Тео-
фраст Парацельзій, професор університету в
Базилеї, оповідає, що в законї монахів в ка-
ринтійськїм Осіяку, малиб лічити недужих че-
рез пердставленє їх зорови лискучих металъ-
них куль. Недужі впадали в глибокий сон, я-
кий на приказ монахів приводив здоровлє.
Час від 15. столітя аж до 18. с менче інтере-
сний для гіпнотизма.

В 18. століттю зробив Месмер, дослід-
ник звіринного магнетизму відкрите подібне
до гіпнотизму.

Сего то ученого оден із визначних дослі-
дників на полі природи порівнав з Геростра-
том*) Але се порівнанє суворо скартав сла-
вний берлінський лікар в слідующий спосіб:

*) Відомий швель з Ефезу, який бажаючи ся лишити в
пам'яті поколінь, відналив святиню Діани в Ефезі 356 р. перед
Христом.

»Не треба ратувати чести Месмера, бо імя його буде ще тоді жити, як його противники попадуть вже від давна в за лужене забутє«. Однак людям, що уважають Месмера за крутія, варта пригадати слова званого штутгартського професора, др. Єгера: »У всіх часах існували люди славні з так званої магнетичної сили лічничої і тільки найбільше ограниченє і найзухвалійша гордість невіжих може проголошувати за ошуканців множество найчеснійших мужів, яким сам ображаючий не варта розв'язати ременя черевика*. Дальше спімнений берлінський лікар подає: Під ту пору, як се виданє іде під пресу, надходять з Парижа вісти о дослідах, які в цілости потверджують теорію Месмера.

О самім Месмері і його відкритю можемо тут замовчати. Його спосіб лічення не мав нічого спільного з гіпнотичними явищами. Месмер не знав ані глибокої сплячки ані свідомої ціли приноровлюваня піддавок.

В р. 1841. в Манчестері виступає Ляфонтен. На його представленнях бував тамошний лікар Джеймс Брейд, який, бажаючи Ляфонтена »здемаскувати«, віддав ся дослідови його дослідів. Як пробних осібняків уживав свого приятеля Вокера, власної жени і свого слугу. По случайнім відкритю, що тревале вдивлюванє в одну річ може навести сон, вправляв в сон тримаючи перед очима своїх помічників лискучий гудзик від футераліка свого лянцета. Через се вдало ся йому приводити особи підлягаючі під його досвід до глибокого сну, який назвав гіпнозою від грецького слова »гіпнос« (сон).

Брейд придержуючи звіринний магне-

тизм побіч гіпнозитму, поставив слідуєчі наукові твердження:

1. ще не потреба в тім приймати такої великої сили, як звіринний магнетизм, вплив месмеричний або який інший невідомий чинник.

2. Що се є стан незвичайно животний, спроваджений через сильне діланє фізичне на нервовий устрій.

В 1843 р. видав він твір о своїм новім відкритю. В творі тім описує цілий ряд досвідів »френогіпнотичних«. Тоді власне процвітала наука френольоґії, а Брейд припускав, що можна би викликати у загіпнотизованого всякий бажаний настрій, як лиш діткне ся відносного орґана френольоґічного. За діткненєм орґана »поважання« і »убожання« загіпнотизований клякав на коліна; за діткненєм орґана похоти мав би загіпнотизований красти і т. ін. Брейд при своїх експериментах замало звертав уваги на чинник піддаваний (сугестивний). Знаємо тепер, що загіпнотизований звичайно відчуває о много ніжійше, чим незагіпнотизований і не лиш висказувані слова, але також погляд і рухи ділають на него сугестивно. Мимо сего, що Брейд вказував на велику вартість гіпнозитму для медицини, звертали на него спершу дуже мало уваги. Його товариші кепкували собі з него, а навіть стали видавати памфлети проти него. Хірург др. Азам з Бордо (1850) старав ся наслідувати деякі досвіди Брейда і оголосив свій вислід в париськім архіві медичнім. Рівночасно займав ся провіренєм тих дослідів париський лікар Сієболь: провіривши їх, видав в р. 1866. твір п. з. »Штучний сон і подібні прояви«.

Виділ медичний прийняв тоді сей твір іронічно. Дперва в новійшм часі оцінили його по вартости. Сіеболь не дав відстрашити ся скептизмом своїх товаришів. Осївши в Нансі, пильно працював дальше і наконєць заинтересував своєю методою славного професора Бернгайма. Спершу Бернгайм також сумнівав ся, ошіся однак осягнув так незвичайні добрі успіхи в ліченю, що їх голосив.

Ото в 1884 р. виходить великий його твір о науці гіпнотизму і сугестії. Бернгайм був першим лікарем, що признав гіпнотизм, як цінний лікарський середник а місто Нансі стало головним пристановищем французських гіпнотизерів.

В Парижи займав ся сею річию головно проф. Шарко (умер 1896). Однак його досліди принесли велику шкоду гіпнотизмови. Він бо поповнив сей блуд, що експериментував виключно на недужих, при чім викликував сон гіпнотичний звичайно через застрашенє, проти школи нансїйської. Розуміє ся, що в наслідок сего, особливо у осіб гістеричних, наступали неприємні наслідки побічні, які Шарко на жаль приписував гіпнотизмови а не своїй невідповідній методі. В Англії, Італії, Швеції а навіть в Іспанії розширив ся гіпнотизм дуже скоро в тім часі як в Німеччині нічого майже про се не знали.

А як 1877 р. данський гіпнотизер тут прибув і розпочав свої виклади з досвідами в більших німецьких містах, окричали його як ошуканця, і наконєць урядово заборонили давати виклади.

Однак ті заклази причинили ся чи не найбільше до розповсюдненя гіпнотизму. Уряджу

вали публичні сеанси »магнетичні« які опісля також заказали. Мимо сього література в сїм напрямі зросла дуже, лікарі, так апробовані, як і не апробовані стали шильно займатись гіпнотизмом так, що тепер більша частина осіб з правдивим образованием не так легко заперчить правді гіпнотичних обявів або лічничому значіню сугестії. У Поляків причинив ся до розповсюдження гіпнотизму др. Охорович і гіпнотизер Чинський. Література в тїм напрямі дуже мізерна. В р. 1890. вийшла в Петербургу книжочка: »Відчити о магнетизмі і гіпнотизмі Й. Охоровича«. В р. 1897. вийшла накладом Перегляду Педагогічного в Варшаві книжка: »Сугестія і вихованє«. В новішнім часі містить від часу до часу розвідки про гіпнотизм місячник »Дива життя« (Варшава).



II.

ЗМИСЛИ ТА ЇХ ЗНАЧІНЄ ДЛЯ ЖИТЯ.

Чоловік приходить до пізнання світа внішного при помочи змислів, за посередництвом яких повстають в мозку (великім) як органі свідомости вражіня і спостереженя. З хвилею як змисли стають ся нечинними перестають творити ся в мозку спостереженя пр. в наркозі підчас омліня або глибокого сну.

Вражіня і спостереженя, які в сей спосіб відбирає мозок ділимо на:

1) відчуваня загальні, як біль, утіха, змислові розкоші, відрази і т. ін.

2) відчуваня змислові, як звук, світло і т. н. Треба завважити, що хоча всі сї вражіня

творять ся в мозку, то однак факт сей не становить в даній хвилі чинности свідомого думаня. Тому на підставі досвіду ми звикли відчувати дане вражінє не в мозку, лише на місци, де поділлала причина відносного вражіня. Вколенє пр. в руку відчуває ся пр. не в мозку, лише на руці; світло бачимо не в самім мозку, лише уміщаємо то вражінє з просторі. То, як сказали ми, діє ся найперше на підставі досвіду, опісля через силу привички. Як прояви світла внішнього викликають при помочи нервів в мозку відпосне вражінє і споствердженє, то і на відворот. Вражіня і спостереження повсталі в мозку безпосередно, можуть відвортною дорогою серед певних обставин, чи то в гіпнозі, чи на яві, викликати в світі зовнішнім певного рода улуди змислові так звані омани, себто галюцінації і фантасмаборії: чуємо звуки, галас, відчуваємо бль, вражня смаку або нюху річи, що не існують, а які плястично бачимо і відчуваємо.

Все се дієть ся на підставі права о т. зв. льокалізації обводовій або періферичній.

Сли який нерв подразнимо штучно, повстає рівнож вражінє, яке відповідає призначеню даного нерва; подразнене приміром зорового нерва викликає вражінє світла; через нечайний натиск на очи стануть у одних іскри у других навіть огнисте полумя в очах.

а). Змисл чутя.

Трудно представити собі жиюче сотворінє, яке не посідало би менче або більше розвиненого змислу чутя.

Відділи, на які розпадає ся змисл чутя є: змисл дотику, місця, тисненя і температу-

ри. Чи рослини мають також чуте? В такій степені розвиненого як у людей з певністю не мають, зате вишосиджені є рослини часто в деякі підвідділи сего зміслу, яких у людей зовсім не подибуємо. Найперше є розвинений у рослини змісл дотику. Дика винна лоза заосмотрена в знаряди до спинання, якими відчуває зівсім докладно незначні піднесеня, на які може зачепити ся. Тому то не дасть ся відмовити рослинам навіть здібностей до виконувания довільних рухів. Відчуваня такі як біль, розкіш, голод, відраза і прочі спільні всім людям, у рослин не є так видосконалені, однак деякі з них дадуть завважити ся. Болю мабуть рослини не відчувають, хоча не брак під тим зглядом противних поглядів; розкіш є конечною в ціли розплоджувания ся. Однак з бажанєм рекрутує ся новий рід змісла: Рослини посідають іменно здібність відчуваня припомочи коріневих органів вогкість на певну віддаль.

Ту здібність рослин можна уважати за їхній змісл головний, бо він є знаменито вишколений і без сего змісла існуванє рослин не було би можливе.

Аксіома, що змісл чутя в нових підвідділах, знаходить ся у всіх сотворінь, позволяє припускати, що чуте є підставним зміслом, з якого прочі розвинули ся. Досвід учить, що той змісл, який для існуваня якогось сотворіня є поперед усього конечний в протягу генерацій видосконаляє ся і винїжняє ся незвичайно. Однак се видосконаленє, згідно з пануючим в природі правом ощадности, відбуває ся звичайно на кошт інших органів.

Пес має знаменитий ніс; дуже ніжний нюх, але кецьке око.

Чи риби мають уха? Можуть вони чути? Голосу, як дроганя філії воздушної риба чути не може. Також не можна доглянути у неї органів які відповідали би нашому слуховому знарядови. А однак риба відчуває що діє ся од далеки і що спричиняє галас і неспокій. Риба чує цілою поверхнею свого тіла, однак слово »чути« є тут ужите невластиво. Риба чує філії води, як ухо людське чує філії дроганя воздуха, як вражінє голосу. Наколиб місцем перебування риби був воздух, тоді розвинулиб ся у неї також осібні органи слухові.

В воді переносить ся голос скорше чим у воздуху, як в загалі предметах густійших від воздуха. Легко переконати ся о сїм прим. в часі купели на отвертих водах, розмоляючи з особою, що стоїть на березі. Можна також завважати, як риба, що пливе спокійно у воді, нараз із скоростию блискавки никне: безпосередно по тїм чуємо гук вистрілу або іншого рода стрясенє воздуха. Інший примір: Рибалка ловить сїтию риби. Кілька риб втіккло на час, а відадлений о кількасот метрів обсерватор бачить, що інші риби також утікають і шукають криївок. Рід і спосіб утечі перестерігає і інші риби перед небезпекою, в якої присутности чує риби є так винїжнене, що з певностию дорівнує справности нашого уха. Знова око у риби не є так бистре.

О нюху риби нічого не знаємо. Смак у деяких риб здаєть ся, що зовсім не істнує. Людоїд їсть солонину, шмати, дерево з рівним смаком, У риби знаходимо отже найліпше і найвсестороннійше вишколений змисл чутя, що є для неї не лиш змислом підставним, але також і

передо всім зміслом головним, що для заховання екзистенції індивідуальної (осібнякової) є вироблений і готовий на всякі можливі случаи і приключеня.

б). Змисл зору.

Ростини реагують на світло, а тому, що не мають до сего осібних органів і очий, треба прийняти, що реагованє се полягає на підставнім зміслі, чутю.

Є риби без очий і є такі, яких очі ізза неуживаня їх протягом генерацій так змарніли, що полищали ся лише сліди очий.

Світло проникає воду лише до певної границі. тому то око риби, приноровлюючи ся до се ограниченної потреби, є загально короткозоре.

В міру як органічне жите вод розвивало ся далі на континенті, розвивав ся ся змисл зору все більше, ставав ся впрост зміслом найголовнішим, від якого залежало існуванє даного осібняка.

Майже всі птиці мають знаменито розвинений змисл зору, яким із знатної висоти спостерігають наживу на землі. Натомісь після згаданого вже права ощадности в природі, змисл нюху в птахів занедбаний. Однакож змисл підставний, око, заступає тут цілковито змисл нюху при шуканю наживи. От на верхівю тополі сидить ворона. Спостерігає заяця в послідних судорогах: сейчас кидає ся на жонаюче звіря. Інші ворони, що сидять оддалеки на знесенях, рух сей товаришки побачили і зрозуміли: там є щось для наших клювів — і миттю зі всіх сторін злітають ся ворони.

Підставним зміслом малп є безперечно око; всі інші змісли уступають перед його справністю.

Око малп, що все живе на свободі, вказує величезний дар спостеріаня. Лише око дозволяє знайти її наживу, відшукати самицю, лише око перестерігає її перед небезпечкою. Виробили ся також в спосіб незвичайний відносні мозкові органи (горбатість чашки, сильно вистаючі чолові кости над очима). У малп, що ходять просто, устрій чашки вказує на зменшенє обсерваційної здібности, однак око все ще є підставним зміслом, подібно як у людей первісних, в яких ще більший заник спостеріганя лучить ся зі зменшеною виправністю зору. Тому, що чоловік силою своїх умових властей (процесу умового) в протягу генерацій з'умів забезпечити собі істнованє, зменшає ся відносно до первісних людей і малп здібність обсервації а при сїм і справність ока на річ умових сил. Однак головним зміслом лишив ся зір.

Чотири інші змісли не можуть достарчити чоловікови предмету до умової праці в такій обильности, як око. Око, як змісл головний, завершає здібности прочих зміслів. При помочи змісла чутя можна відтворити собі образ предмету, який тримаємо в руках і зрозуміти приміром, що предмет є чотиригранний. Але з якої матерії сей предмет, сего не відгадаємо легко:

З кости слоневої

Ні!

З рога?

Ні!

Оден погляд доповняє змісл чутя; не потребуємо вже здогадувати ся; знаємо від ра

зу, що то є квадратна мосяжна бляшка або т. п.

Потемки можемо при помочі чуття тільки се пізнавати, що на підставі подібної річи, вже раз баченої, потрафимо представити собі в пам'яті. Кожний, хто курить, знає, що цигаро потемки не смакує так добре, як око не може любити ся видом тютюнового диму.

Смак і воня ділає інтензивнійше, сли при тім ділає око.

Слухаючи прелекції звертаємо очи на бе сідника.

Розмавляючи не випадає відвертати лиця тому, що партнер наш в таких случаях все може мати оправдане чувство, що не звертаємо достаточної уваги на його слова. Наколи слухаємо говорячої машини (ґрамофону, фоноґрафу, чи телефону), звертаємо очи в простір і стараємось витворити собі в уяві образ балакаючого. Подібно діє ся при читанню книжок.

Наколи чотири інші змісли стратять свого провідника зовсім, а хоч би частинно, тоді фантазія стає працювати з географічною свободою, яка серед обставин може виродити ся в галюцинацію.

Освітлені предмети світа зовнішного дразнять сїтчанку нерва зорового та викликають у мозковім центрі вражінє баченя, що при помочи свідомости веде до докладного понятя о світі внїшнім. Сли предмети не є достатчно насвітлені, не може повстати докладне спостереженє. Чоловік може на підставі раз вже баченого предмету сформуванати собі з пам'яті питомий образ, однак в іншій місци, або еще перед отриманєм вражінь повстають легко галюцинації і фантасмаґорії (привиди).

Пень зрубаного дерева бидаєть ся в сумерку начеб причаєний чоловік. Уява або фантазія працює несвідомо і з незвичайною скоростию перебігає всякі можливости, з яких то, що порушає нас найбільше, приходить до свідомости: То є лотер, що хоче тебе замордувати. Шелест сухого гіля даєть ся потверджати, що сей причаєний чоловік порушає ся. Фантазія бачить уроєну стать людську а перестрашений пішоход завертає і втікає. А се лише при вид. Тепер звернім увагу: У сні око не працює; однак ухо зістає разливе на шелест, що може викликувати уроєні марева, себто фантазми, омани змислові, себто галюцинації. Чоловік має сонні марева!

Функції спостерігань зорових.

На дорозі фотохімічній повстає образ на сітчанці. Образ сей подражняє зоровий центр в мозку і будить тут чуте баченя. Прилучає ся до сєго ще психічна чинність мозкової кори. Чинність та полягає на несвідомім заключеню, що є актом досвіду, після якого мозок відібрані вражіня уміщає знова на внї у просторі. Іншими словами: через якенебудь подражненє осередка (центра) зорового (подражненє се може повстати також з приводу психічної чинности), до чого прилучає ся психічна чинність кори мозкової, вражіня суб'єктивні дізнають об'єктивної проєкції в просторі.

На сїм то полягають всякі оптичні полуци. Приміром сли вдивимо ся в світло лампи, а опісля відвернемо очи і замкнемо, то ще бачимо се світло через кілька хвиль. Вдивляємось до вг в темну фотографію, опісля звер-

таємо очи на білу стіну і бачимо сильно побільшений образ фотографії. Протираємо довго очи, аж бачимо образ »взірців тапетових«. Вігвираємо очи і через кілька секунд бачимо все той сам взір, не спостерігаючи при тім навіть інших предметів. Чоловік в горячці бачить фантастичні привиди. Гіпнотик ізза слівної сугестії бачить се, що йому піддали, бо сугестія переміняє ся на автосугестію і ділає тут як функція психічна на зоровий центр. Баченє духів підчас спиритистичних сеансів (сходин) можна собі вияснити в сей спосіб.

в). Змисл слуху.

Ізза дрогань елястичних тіл дροжить і воздух витворюючи через згущенє і розріженя наперемінні так звані філі голосові, які по слух. нерві переходять до мозкового центра, викликаючи тут чутє слуху. До сего чутя прилучає ся психічна чинність мозкової кори; повстає мимовільне заключенє, що є актом досвіду. Іменно здаєть ся нам, що чутє голосу чи звука має своє жерело не в нашім мозку, але в місци, де зайшла сего причина.

г). Змисл нюху.

Тіла вонні подразняють кінцеві розгалуженя нерва нюху, який подразненє се проводить до осередка мозкового, де в наслідок сего повстає чутє воні.

г). Змисл смаку.

Здає ся, що рід подразнення смакових нервів є хемічної природи, бо всі тіля, які маємо смакувати, мусять скорше розпустити ся, зви

чайно при помочи язика, в слині. Розрізняємо смак солодкий, квасний, гіркий і солений.

Всякі тіла уявляють ся що до свого смаку також на нервах лиця, які відповідно корчать ся або розтягають ся. Передо всім при тілах квасних і гірких не дасть ся заперечити характеристичний вираз лиця.



III.

КОРА МОЗКОВА ЯК ОРГАН СВІДОМОСТІ

Вражіння доведені при помочи зміслів до мозку, підлягають тут перерібці. Тут є місце чинности душі, під чим розуміємо думанє, волю, відчуванє і память або здібність довільного повторюваня раз вже дізнаних вражінь.

Анатольогічні досвіди доказали, що мозок (т. зв. великий) мусить бути знарядом свідомости. Голуб і пес, яким винято плати мозку, попали в стан подібний до сну. Ніякого руху без зовнішнього товчка сї звірята не виконували; лише функції вегетативні то є спільні рослинам і звірятам і рухи зворотні, себто рефлексивні, відбували ся правильно.

Пес, для якого підставним зміслом є нюх, не міг вже більше робити спостережень так, що лежачи перед мискою, наповненою їдою, згинув голодовою смертю.

Враженє і захоріне мозку довели рівнож до подібних станів. Переді всім процес думаня був поважно забурений.



IV.

ПРОЦЕС ДУМАННЯ.

Дальша перерібка приведених до мозку вражінь відбуває ся переважно несвідомо як акт досвіду. Вражіня порівнують ся зі зробленими давнйше досвідами, чи є пожадані чи ні і в сей спосіб впливають на напрям волі. Так зроджена воля не є вільною волею, а лиш конечним наслідком вражінь і понук, які мозок одержує із вні. Свідоме думанє або витворюванє якоїсь понуки на підставі ріжних можливостей є можливе лише через повздержанє дальших вражінь досередних се є ведучих до мозку. Сли кора мозкова не є чинна, тоді виключений також процес думаня з наслідком власної вільної волі.

V.

РУХИ ЗВОРОТНІ АБО РЕФЛЕКТИВНІ.

Всякий психічний або фізіольогічний наслідок себто ефект містить в собі склонність до здійсненя (Моль).

Мимовільні рухи мязів називаємо рухами зворотними (рефлексивними). Рухи сї можемо повстримати силою нашої волі. Відрух, себто рефлекс, повстає, сли мозок відібране вражіне спроваджує на лорогу відосередну себто центрифугальну (що біжить від мозку), щоби викликати обяв чинности; на сїм полягає змаганє до наслідуваня. Там приміром позіхнув хтось. При помочи ока або уха вражіне се по дорозі досередній дістало ся до мозку (великого): мозок вражіня сего не приймає до своєї свідомости, але сейчас відсилає йо-

о впрост на дорогу відосередну, що спричиняє рухи відносних м'язів. — Хтось сміє ся, усміхаємо ся і ми мимовільно. Біль, скоботане, пристрасть, голод, спрага і апатія, які бачимо в інших викликають такіж чувства в нас в виді зворотних рухів, сли не повстримаємо їх волею. Вже навіть тоді як лиш гадка вири-не в нашім мозку і гадку сю наш ум собі при-своїть, то все близка є можливість перемінена гадки сеї в діло. »Гадка без вираженя не іст-нує«; гадка с ділом в стані зароду, є початком діла.

Дитя бачить, що камінь паде на нього: бачить таке явище перший раз в житю; не старає ся уникнути удару і зістає ранене в чо-ло. Однак осей досвід лишив ся в пам'яті. Однак тому, що рухи дитини ще не зугарні, камінь і слідуєчим разом ранить чоло. За тре-тим разом дитина потрафіла вже вхоронити ся перед ударом. На будучність без попере-дного розважувана наслідків того рода вражі-ня досередні перейдуть на дорогу відосере-дну, а перемінюючи ся в рух рефлексивний, покличуть вправлені вже м'язи до оборонного руху.

При науці поєдинку учимо ся скоро за-давати удари. Однак, щоби успішно боронити ся, треба вправи. Щож то є вправи? Вражіня досередні викликані атакком противника, по-винні без свідомого заключеня як рух зворо-тний витворити механічно сейчас відносний рух оборонний.

Всяка привичкою або вправами набута чинність стає ся рухом рефлексивним, спро-ваджуючи вражіне досередне на дорогу від-середну.

Якого рода було вражінє досередне, можна пізнати по руху рефлексивнім, о скілько рухів сих не повздержує воля. Приміром хтось позіхає. Се має також в собі змаганє до переміни в діло, однак діло се може бути повздержане актом думаня і волі: в товаристві позіхати — не водить ся — і рух рефлексивний не наступає.

Шеф бюро Др. Б. є дуже занятий і сильно розгніваний; постановляє нікого нині не приймати. Возьний зголошує йому відвідини в пильній справі знаного директора Х., який має звичай по залагодженю діла побалакати ще що найменше пів години. Урядники задоволені глядять з під лоба іронічно на свого шефа. Черти лица др-а Б. стають впрості дкі. В послідній хвилі перекидає ся з підвладним урядником, паном К., значучими поглядами. »Просити«. Директор Х. входить. В сю мить др. Б. зриває ся з незвичайно ввічливістю, рухи зі штивних і шорстких стають ся принадні і сальоново складні, кути уст розтягають ся як на команду і украшають лице др-а Б. в усміх. Го, го, го! розлягають ся голосні націховані йовіяльностію оклики живої радости. »Пан директор, як же мені мило, давно не мав я щастя, — чим можу служити; прошу дуже красно заняти місце; як там шановне здоровле і т. і.

По тих передступних формальностях п. директор висказує ціль свого прибутя. Др. Б. слухає сидячи як тортурах з великою увагою і живим занятєм. По кількох хвилях справа залагоджена, конверзація сходить на тон милої балачки, однак в сій хвилі відзиває ся апарат столовий: Гало! Гало! Хто говорить? Слухаю.... (телефонує пан К. з другого покою)...

Добре, добре, я там приїду за малу хвильку, маю в сій хвилі гості. Ах все чоловік як в млині! Поговорити хвильку не можна. — О, в такому случаю прошу не вязати ся; ми залагодили справу, отже до побаченя. »До милого побаченя«, а в душі др. Б. думає собі: Чорт хап, десь тепер нападати мене.

Тут вражінє досередне перейшло на цілком иншу дорогу відосередну ізза акту свідомого заключеня: Не вільно мені бути нечемним.

Здібність ся вимагає також вправи а серед обставин є дуже цінна. Сему урядникови, як вправленому вже, буде легкою річю неприємні вражіня перемінити в приємні зворотні рухи власного тіла і в сей спосіб заховати рівновагу духову, що причиняє ся йому до поводженя і робленя добрих інтересів.

Загальне є мніє, що наколиб мозок не був в змозі працювати, то подібні рефлексивні рухи мусілиб проявити ся в несфальшованій формі. Мніє се ошибочне. В гіпнозі пр. др. Б. заховував би ся в подібнім случаю цілковито таксамо як на яві, бо через вправу ввійшло вже йому в звичай, сї вражіня спроводжувати на цілком иншу дорогу відосередну. У сні чинности рефлексивні виконують ся дуже докладно, але лише серед обставин, серед яких і на яві даний осібняк заховував би ся так само.

Пр. говоримо загіпнотизованому: Ми є тепер в дуже добрім товаристві дамськїм, Мусите зняти з себе сурдут! Сего загіпнотизований не зробить, тому, що в таких случаях і на яві сего не зробив би.

Натомісць сли скажемо йому: »Тут є парно, будемо купати ся, розбери ся тимчасом з верхньої одежі«. Серед тих обставин зробить се сугестивно загіпнотизований сейчас.



VI.

СОН.

Центральний устрій нервний чоловіка лучить ся так само, як і ціле тіло. Устає діланє мозкової кори. Сей стан пасивний називаємо сном, в протиставленю до стану активного, який називаємо явою.

У сні, що наступив ізза змученя, деякі змисли можуть єще допроваджувати вражіня до кори мозкової. Вражіня ті не утревалюють ся і не перетворюють ся а зістають зовсім без наслідку. Стан сей майже подібний до омліня. Є се сон глибокий. Чим більше чинність дня напружила кору мозкову, тим глубший є сон, тим довше треває потреба спочинку.

Сон у чоловіка наступає періодично через акт досвіду або через свідоме сего бажанє, сли відчуває ся змученє. Звичайно наступає сон через несвідоме заключенє, як акт досвіду. Стан є такий сам, як у звірят, яких позбавлено мозкової кори. Причиною сну є змученє сірої субстанції мозку. Але досвід вчить, що рано по пробудженю мозок справді відпочав, однак задля невпинної праці знова, хоча в незначній мірі зачинає слабнути і осягає свою правильну кульмінаційну точку тоді, як чоловік відчуває знова потребу сну. Ізза сего чоловік може заснути майже в кождий час дня, сли вишловнить »услівя сну«.

Іменно до мозку не сміємо вводити ніяких вражінь досередних, щоби сей не мусів працювати. Лише тоді переходить мозок в стан спочинку і має змаганє у сїм стані позітти якийсь час. Духова чинність устає, однак духові рухи рефлексивні і чинности вегетативні відбувають ся далі. Віддих є дещо глибокий і повільнійший. Живчик бє троха слабше. Очи замкнені, легко в сторону насади носа горі звернені. Зіниці звужають ся. Мозок трохи недокровний. Сли змученє орґану духового є дуже сильне (перемучене), тоді находить ся він в стані беззглядного спочинку. Однак сей случай лучає ся рідко. Орґан духовий змучений легко творить собі зображеня, які називаємо »снами«, а які мають свій початок, як і зображенє на яві, з вражінь світа внішнього, або з психічних (душевних) внутрішних чинностей. Тому то сонні марева повстають найчастійше в годиннах ранних, бо тоді мозок майже випочав. Услівя сну є: Поздержність всяких досередних вражінь при нормальнім змученю.

Отже:

2. Треба найти місце, де панує цілковитий спокій, щоби слух не співділав в переносеню вражінь. Найлучше надає ся до сего спальня.

2. Щоби змисл чутя оставав нечинний, треба положити ся вигідно і прикрити рівномірно, щоби натиск ані зміна темперетури не викликали вражінь.

3. Не треба їсти, пити і курити, лиш язик положити легко на піднебіню, щоби не ділав смак.

4. Треба дбати про свіжий воздух. Однак до немилих воний привикає нюх по двох до

трох хвилях і не збуджає в мозку ніяких вражіннь.

5. Ізза геворушности, рівномірного, вигідного, повільного і глибокого віддиху, зменшає ся скількість ударів живчика. Опісля треба замкнути очі і звернути горі в сторону насади носа. Сон слідує тоді майже сейчас. Через таке уставленє очий викликаємо натиск на мозок, через що він стає троха анемічним себто недокровним.

Доказ, що сон настає через повздержанє вражіннь досередних подає Штрімцель, Шіснайцятьлітнай хлопець втратив всі органи змислів, крім правого ока і лівого уха. Як лиш завязали йому око і заткали ухо, хлопець сей попадав по 5 хвилях в глибокий сон



VII.

СОН І ГІПНОЗА.

Коренем для слів »гіпнотизм«, »гіпноза«, »гіпнотизер«, гіпнотик«, і т. д. являє ся грецьке слово гіпнос — сон. Хоча Англієць Джеймс Брейд, вводячи (1843) в науку слово гіпнотизм, не цілком ясно ще розумів, що кожда гіпноза є сном, то однак обошільні відносини між тими двома станами були йому зовсім знані. Кожда гіпноза є сном. Ту правду поперед усього мусимо все мати на гадці, сли хочемо познакомити ся докладнійш із явищами гіпнотизму.

Переді всім фізичний стан сплячого сном нормальним і приведеного до сну штучно гіпнотизмом є зовсім однаковий. При обох тих станах можемо завважати повільне і

позірне глибоке віддиханє, звільненє живчика і т. і. Підчас сну галки очні звернені в гору: сли отже піднесемо сїлячому повіку до гори, то бачимо білковину ока. Обсервуючи за сїляючого, можна завважати, що найперше вносять ся галки очні горі а опісля замикають ся повіки. У хорих, що ізза пораженя не можуть замкнути повік, можна звичайно бачити, що їх галки очні у сні є звернені до гори. Треба зазначити, що обяв сей відносить ся до кожного сну і до кожного слячого; бо є ще дуже розповсюдпена гадка, що явище се є як раз характеристичною цїхою сну гіпнотичного в протиставленю до сну звичайного, нормального. Повторяємо, що мніне се є зовсім ошибочне. Нема взагалі ніякої ріжницї межи станом фізичним слячого, сном гіпнотичним, а сном моральним. Фізичний стан в обох случаях є докладно тойсамий.

Ріжниця заходить одиноко і виключно в стані психічнім. Але і тут така ріжниця не є конечна, бо гіпноза є лише формою сну. Знаємо ріжні форми сну, які підчас нічного сну нормального змінюють ся межи собою, навіть у того самого слячого осібняка. Гіпноза є одною із сих форм, нічим більше. І всі ті явища, які можемо завважати в штучно витвореній гіпнозі, дадуть ся так самісько викликати у сні нормальнім при відповіднім поступованю. Часто буде навіть вказане, як побачимо опісля, в части практичній, перші проби з новим осібняком розпочати в нічнім нормальнім сні, бо тоді увільняємо ся від труду штучного усилюваня себто »гіпнотизованя«.

Крім гіпнози існують ще численні форми сну, які однак дадуть ся підпорядкувати під дві більші групи. Одна з тих називає ся

групою гіпнотичною, друга наркотичною. У формах гіпнотичних працює апарат змісловий майже таксамо стисло, як і на яві. Сплячий дає на поставлені питання ясні відповіді так, як би се робив в стані яви. Лише ударяє, що є він незвичайно обмежений у своїй здібності критичного осуду. Вірить він у всьому майже, що єму говорять, хоча б се були нісенітниці від світа. А ціле його заховане зраджує, що та віра є дійсно найглибшим його переконанєм. Ся говоримо до усненого, що ви находить ся на отвертїм морі, то о скілько сей осібняк не є дуже призвичаєний до морських подорожий, можемо дуже легко довести до сего, що появлять ся у него всі симптоми морської хвороби. А біля сего обмежене здібности осуду критичного можна єще завважити, що свідомість є незвичайно обмежена, односторонна.

О «односторонности свідомости» говорить також психологія яко о явищу в стані яви: се річ майже непонята, як мало вражіннь може чоловік розрізнити рівночасно. Однак на яві звертаємо увагу без вшину що раз на новий предмет, зміст нашої свідомости зміняє ся многократно в протягу одної секунди і з сеї лише причини не здаємо собі справи (о скілько на се не звертаємо особлившої уваги) з односторонности нашої свідомости.

Натомісь у сні розсіваємо увагу дуже мало, а концентруємо радше на однім предметі через довший час так, що в наслідок сего сплячий може серед обставин виконати чинности, до яких не вистарчала б його здібність на яві.

Вичислені різниці у відношеню до стану яви заходять також при кожній формі сну.

Отже кожний сон різниться від стану чування не лише спізненими фізичними явищами, але також психічними явищами себто умовими а іменно зменшеною здібністю критичною і односторонністю свідомости. Пригляньмо ся тепер різниці межі сном гіпнотичним а наркотичним. У всіх формах наркотичних, в протиставленю до гіпнотичних, знаходимо далеко менше чуття на зміслові вражіня. Переді всім устає реакція на вражіня зміслові. Від усненого сном наркотичним (прим. через хльороформ, етер і т. і.) не дістаємо на питаня ніякої відповіди. Сли однак уснений зможе по пробудженю пригадати собі свої марева сонні, то можна часто перекопати ся, що поставлені йому питаня чейже не лишили ся без впливу: вражіне змісловє підпало умовій перерібці, хоча реакція не наступила.

Стани наркотичні наступають часто під діланєм певних летивих отруй, як хльороформ або етер. Також дим тютюновий може його викликати. Після сих чинників названих в науці »наркотики« називаємо певні форми сну наркотичними. Булоб однак великим блудом, наколиб ми хотіли припускати, що без уживаня сказаних отруй, сон не може прибрати характеру наркотичного. Так званий сон »оловяний«, який появляє ся у здорових людей по вельми тяжкій фізичній праці, є майже все сном наркотичним.

Істнує, має ся розуміти, різниця між сном наркотичним а »наркозою«. Під наркозою розуміємо, як відомо, викликаний штучно при помочи хльороформу, етеру, або інших середників глибокий сон, підчас якого можна доконувати тяжких операцій а мимо сего получений з сим біль пацієнта не збу-

дить. Щоби пацієнт сего болю зовсім не відчував, не можна припускати, лише що не реагує на него (або дуже рідко) і по пробудженню нічого о тім не знає. Отже наркода є тільки одною з численних форм сну наркотичного.

Рівнож не всякий сон гіпнотичний є »гіпнозою«. По правді з кожним сплячим гіпнотично можна навязати розмову і вже тим самим часто навести гіпнозу; однак сон такий приймає часто також інші форми як пр. »стан трансцедентальний« або »самнабулізм«. Від тих форм сну, о яких ближше тут не будемо говорити різнить ся гіпноза властиво тим, що в ній усплений думає, що знаходить ся під впливом волі особи другої, гіпнотизера, — і дійсно знаходить ся під сим впливом, бо задля обмеженої здібности суду критичного всьо, що подають йому до віреня, стає ся його дійсним і рішучим переконанєм, на підставі якого чує ся змушеним безуслівно ділати.

Чинностей гіпнотизера зглядом осібняка вже гіпнотично успленого може — в протиставленю до давнійшого твердження — доконувати кожний, який зі сплячим прийде в стичність, промовить до него і скаже йому, що буде оставав під його впливом. Особа гіпнотизера проте може змінити ся многократно в протягу одного і того самого сну. Розуміє ся також, що кожний може бути також гіпнотизером для себе самого, себто може сам себе загіпнотизувати.

Природно, що не кожен як гіпнотизер буде мав однакове поведженє. Для осягненя доброго висліду потреба мати побіч доброго вишколеня, яке бажаємо отсим уможливити, практику і досвід.

Тепер вже повинно нам бути ясно, що треба розуміти під понятєм, яке лучить ся з вираженєм »гіпноза«. Здефінуймо те коротко ще раз: Гіпноза є гіпнотичною формою сну, то є формою в якій усиплений зістає під впливом особи другої, званої гіпотизером. В гіпнозі зауважуємо як в кождім іншій сні, крім деяких фізичних явищ, зменшену здібність критичного суду і одностороннє ограниченє свідомости.

На сїм місци випадає сказати ще дещо про степені себто стадія гіпнозії.

Сон і чуванє не є річами ясно і виразно від себе відграниченими. Межи чуванєм а чуванєм, як і межи сном а сном може заходити велика ріжинця. Один і той самий ученик знаходить ся звичайно підчас першої години науки в стані більше оживленого чуваня, чим підчас пятої години того самого дня.

Так само маємо сні о дуже ріжних степенях глибокості. Перехід від стану чуваня до сну є так повільний і незначний, що ставши на граници не можемо сказати чи маємо тут до діла із змученим станом чуваня, або з легким сном. Здібність критична стає чимраз повільнійша, увага чим раз одностороннійша і ограничена.

Розумієть ся, що свідомість є тут все і що ніколи не зникає цілковито, навіть в найблизшій сні; чинність ума не спочиває ніколи, вона відбуває ся у сні дальше. Сон без марев — не існує. Однак почавши від певної степені глибокості сну, пробуджений не пам'ятає нічого о сій чинности духа і для того ду-

має — неслухно — що сон його був цілковито вільний від марев. Сли однак збудимо будучого у глибокім сні осібняка напрасно, то все скаже, що власне щось снило ся йому. Степень глибокості сну, якого окремі стадії є без сумніву такі самі при кожній його формі, дає ся найлекше провирити в гіпнозі, де маємо можливість при помочи питань переконати ся о кождочаснім стані критичної здібности і ограничености уваги. Старали ся під тим зглядом завести всякі поділи; рішучих границь ізза незначних переходів не дасть ся зачеркнути. Вистарчить слідуючий поділ:

По перше кладемо різницю межи легким і твердим (глибоким) сном. Сон глибокий різнить ся від лежкого тим, що сплячий, пробудивши ся, не пригадує собі ніяких вражіннь сонних, підчас коли по легкім сні, може пригадати собі все, що діяло ся у сні.

Розріжняємо три степені легкого сну. В першій сплячий не є здібний отворити очий, або радше, за лінивий до сего. Називаємо се степеню сонности або сомноленції. В другій степені на представленє гіпнотизера не може виконати певних рухів; можна йому обезвладнити часть або ціле тіло і надати членам тіла спеціальну, або впрост комічну позицію. Стадія ся називає ся степеню воскової податности або каталепсії. В третій стадії дадуть ся викликати рухи, котрі сплячий повторяє все автоматично і не залишить їх без приказу гіпнотизера. Стадія ся називає ся тому автоматична, себто стадія автоматизму.



Фіг. I.



Фіг. II.

Сугестія: Очи ваші зам-Тенер на розказ гіпнотизера —
кнені, денер не можливо загіпнотезованей безустанно о-
вам їх отворити. бертає автоматично рукою.

В цілості отже розріжняємо чотири ста-
дії гіпнози:

- | | |
|--------------------------|--------------|
| 1. Стадія сомноленції | } легкий сон |
| 2. Стадія каталепсії | |
| 3. Стадія автоматизму | |
| 4. Стадія глибокого сну. | |

При тім зятямити належить, що в кожній
глибшій стадії можна також обсервувати про-
яви стадії лекшої; отже в стадії автоматизму
прояви каталепсії, у сні глибокім також про-
яви каталепсії і автоматизму.

—«»«»«»—

VIII.

ЩО СЕ ТАКЕ СУГЕСТІЯ?

Надибаємо в життю особліві психольогі-
чні обяви нераз впрост загадочні. Так примі-
ром бачимо часто, що поодинокі одиниці

як і цілі масл народу пірвані і унесені могучо-стию впливови або приміру, сповняють всякі чинности майже автоматично. В таких случаях оден чоловік викличе певного рода з'ображення в головах других людей а сі з'ображення знайшли опісля свій вираз в формах внішних, се є в ділах. Процес сей називаємо сугестією.

Сугестією в найширшій значіню слова називаємо походячий з чужої сторони вплив на чинности других осіб. Сугестія є збудженєм з'ображень без льогічного уґрунтованя.

Слово »сугестія« / є походження латинського і означає підшепт, підданє. »Сугґерере« — значить піддавати, підсувати, дораджувати, вмовляти, наклонювати. Сугґерувати про те значить тільки, що впоїти в когось переконанє, що се або то є його гадкою. Під сугестією отже розуміємо збудженє з'ображень. Сугестивний, значить улягаючий сугестії, даючий ся другому поводити. Питаня сугестивні можуть бути підхватні (пр. до злочинників), або помагаючі (пр. до учеників).

Сли хочемо зрозуміти на чім полягає могучість сугестії, то мусимо поперед усього пригадати собі, в який спосіб взагалі приходить до наслідку діло.

Щоби виконати якесь діло, мусить передовсім повстати в мозку вражіне, себто чутє. Із сего вражіня творить ся з'ображенє з напрямом до певної означеної ціли. Із з'ображенєм сим лучить ся чутє задоволеня і злучене з цілю, яку маємо осягнути; се чутє є тоді підставою діла, причиною, товчком. Всяке з'ображенє має в собі склонність до здійсненя, се є до переміненя в діло. Однак

всякі з'ображення посідають ту склонність у всякім степені. Заки дане з'ображенє доведе до діла, виступають противні з'ображення, які протиділають першому з'ображеню, а які серед відповідних обставин з'ображенє се можуть знищити. Обяснім се на примірі: Бачимо в чужім городі рожу. Внішна її принада зділала, що ми звернули на неї увагу. Стають ділати з'ображення. Пригадуємо собі питомий запах рожі, бачимо в уяві наш покій прикрашений нею. Всі з'ображення, що склонюють до хватного руху, до чинности зірваня рожі, ділають позитивно. Однак в нас будять ся і іншого рода з'ображення. Будить ся в нас свідомість, що город, се чужа власність, що може стрінути нас за се заслужена кара. Сі негативно ділаючі з'ображення стримують нашу руку і старають ся повстримати наш намір. Може прийти при тім до цілковитого роздвоєня, до певного рода духових непорозумінь і борби між чувствами даної хвилі і споминами. Гра товчків (мотивів) переминає ся у взаїмну борбу, стає ся принукою зволіканя; діло, або залишене діла є продуктом сильнійших мотивів. Познакомившись в сей спосіб з проявою повставаня діла, який є актом волі, випадає застановитись над дуже важним для дальших наших виводів читанєм, а іменно: чи людська воля в хвилі предпринятя, рішучої постанови є абсолютно вільною, чи могла би воля в критичній хвилі предприняти також іншу постанову.

Відповісти на се питанє є дуже трудно. А відповісти з абсолютною певністю є взагалі неможливо. Під сим зглядом стоять проти себе два ріжні напрями.

1. Індетермінізм, який приймає цілком вільну волю, і

2. Детермінізм, який заперечує існування вільної волі.

Друге задивлюване приймає в нинішніх днях що раз більше прихильників; також і наука залишила в більшій мірі твердження о абсолютно твердій волі. Бо при помочи сугестії можна викликати в другім чоловіці певні, стисло означені чуття, з яких то родяться бажані з'ображення. Ся при тім сугестією чий постарає ся о се, щоби противні з'ображення не виступали цілком, або лише дуже слабо, то воля засугестіюваного проявить ся у сім напрямі, якого бажав собі сугестіюючий. Перший виконає тоді діла, яких не сповнив би, наколиб його воля була абсолютно вільна.

Много людей хвалить ся, що ніхто і нічого не може тенденційно вплинути на їх з'ображення і діла і вірить лише в се, що їх розум доказав їм ясно і свідомо, або бодай зділав правдоподібним.

Такі люди таким твердженням доказують, що не мають найдокладнішого самопізнання. Всякий чоловік в зображеннях своїх і ділах підлягає сугестії внішніх відносин і осіб других, — оден природно більше, другий менше.

Пригляньмо ся лише гурткави школярів, тоді як переходить військова музика. Веселий гурток спішить за нею, пертий непоборимим внутрішнім напором, уставляє ся в ряди, машерує під такт і так природниково (інстинктивно) піддає ся сугестії; навіть і сей школяр дотримує місця, який знає, що ізза

спізнення чекає його дома порядна кара. »Се не мислима річ« — каже Граціолет, — щоб нас живо переняло якесь чувство без рівночасного і згідного з тим чутєм співуділу нашого тіла«.

Чуємо веселу музику і не можемо поздержати ся від висказання наших чувств міною, рухами і голосом. Як почує вухо милі тони коломийки, що стремить до здійснення в ділі сугероване мозкови зображене танця, колише в такт члени нашого тіла. Чуємо, що ми сему підбадьореню піддали ся і мало бракує, щоб віддати ся йому внішно.

В подібний спосіб запалює музика жовніра, розбуджає в нїм відвагу.

Ми на народних зборах. Зручний бесідник обняв реферат. Ми самі інших поглядів. Бесідник розвиває тему з великим запалом, кладе в свої чувства цілу могучість чувств, цілу силу волі. Його міміка, його гестикаляція, модуляція і інтуїція голосу пориває за собою всіх слухачів і ми самі не можемо стримати ся від потакування і признання доказам рації. Се є сугестія мовна себто сугестія при помочи членованої мови.

Однісенька особа позіхнула. Позіхнене се збудило у всіх присутних з'ображене знудження і майже всі позіхають. Щирий сміх такий з серця, сей геній доброго гумору, не пориваєж він в лагідних, але непоборимих вібраціях ціле товариство? Навіть чоловік найбільше огірчений не може оперти ся на пів вимушеному сміхови.

Отже де глянемо, всюда здиваємо сугестію.

Примірів сего рода можна би завважати день-денно тисячі на собі самім і на отруженію. Приміри сї доказують ясно, як великою силою є сугестія і що ніякий чоловік не годен оперти ся її діланю.

Сугестією може бути також всяке бажанє, кожна просьба, всякий приказ, сли сей, до якого звертаємо ся з бажанєм, просьбою чи приказом, набере переконаня, що він до сих обявів мусить примінити ся.

Взагалі люди порозумівають ся при помочи мови. Мова викликає на чоловіці вплив досередний, який після степеня привички від водить ся на дорогу відосередну і проявляє ся як вислів волі. Так отже мова є сугестією словною, при помочи слів викликаним впливом на чинности інших.

Сли до виказу нашої волі спонукає нас мертвий предмет, то є то сугестія річева.

Діла других, які наслідуюмо, можна назвати сугестією діл. Існують також сугестії, які піддає собі сам чоловік, так звані автосугестії. Сли приміром хтось хоче вмовити в себе, що не болять його зуби, хоча дізнає якнайбільшого болю зубів чи голови, тоді маємо до діла з автосугестією. Кождий чоловік мав в житію нераз нагоду пізнати, яка то могутність уроєня. Можна завважати її вже у дитий. Сли пр. дитина в бігу впаде, то лежить звичайно довшу хвилию і кричить не пробуючи навіть встати. Думає вона, що зломилось щось в собі і не є вже в силі само з себе встати. Сли онісля лагідно говорить ся йому, що нічого злого собі не зробило, то встає само, тому що припущенє »зломилось щось« зістало виперсвадоване. Сильно ділає сугестив-

ність на свідомість в медицині. Многі люди, т. зв. гіпохондрів думає, що терпить на якісь недуги і відчуває різні стисла означені болі; як вичитають случайно щось ближшого о сего рода недузї, то здає ся їм, що можуть сконстатувати докладно на собі всі ті прояви, о яких в лексиконї чи деінде написано. Таким хорим принесе ся полєкшу лише тоді, як се хоробливе переконанє, жерело їх терпінь, знищимо через сугестію. Також і при дійсно існуючих недугах сугестивний вплив на свідомість причиняє ся дуже до виздоровленя. Роблено вже нераз досвіди, що цілковитий неук в штуці лікарській осягає часто дуже добрі успіхи одиноко через віру, яку потрафив викликати в свої здібности. Також і найздібнійший лікар не може обійти ся без довіря до себе і своєї штуки.

В многих случаях віра і довіре причиняє ся більше до виздоровленя, чим ліки. Зробили раз такий досвід, що дали недужому, який терпів на безсонність, місто порошку насонного цукрової мучки. Лікар, що зрєбив се, потрафив на підставі доказів переконати о неминучїм додатнім успісі, наколи зажив сего середника. І дійсно сей невинний середник так поміг як найлучший практикований середник лікарський.

Шарпіншон оповідає такий случай: Оден лікар лічив недужого на паралїж язика. Тому, що довготрєвале ліченє показало ся безхосенним, постановив ужити нового знаряду, який сам був винайшов, а з якого надїяв ся додатного успіху. Представивши се хорому, хотїв передівсїм змїряти температуру язика і в тїй

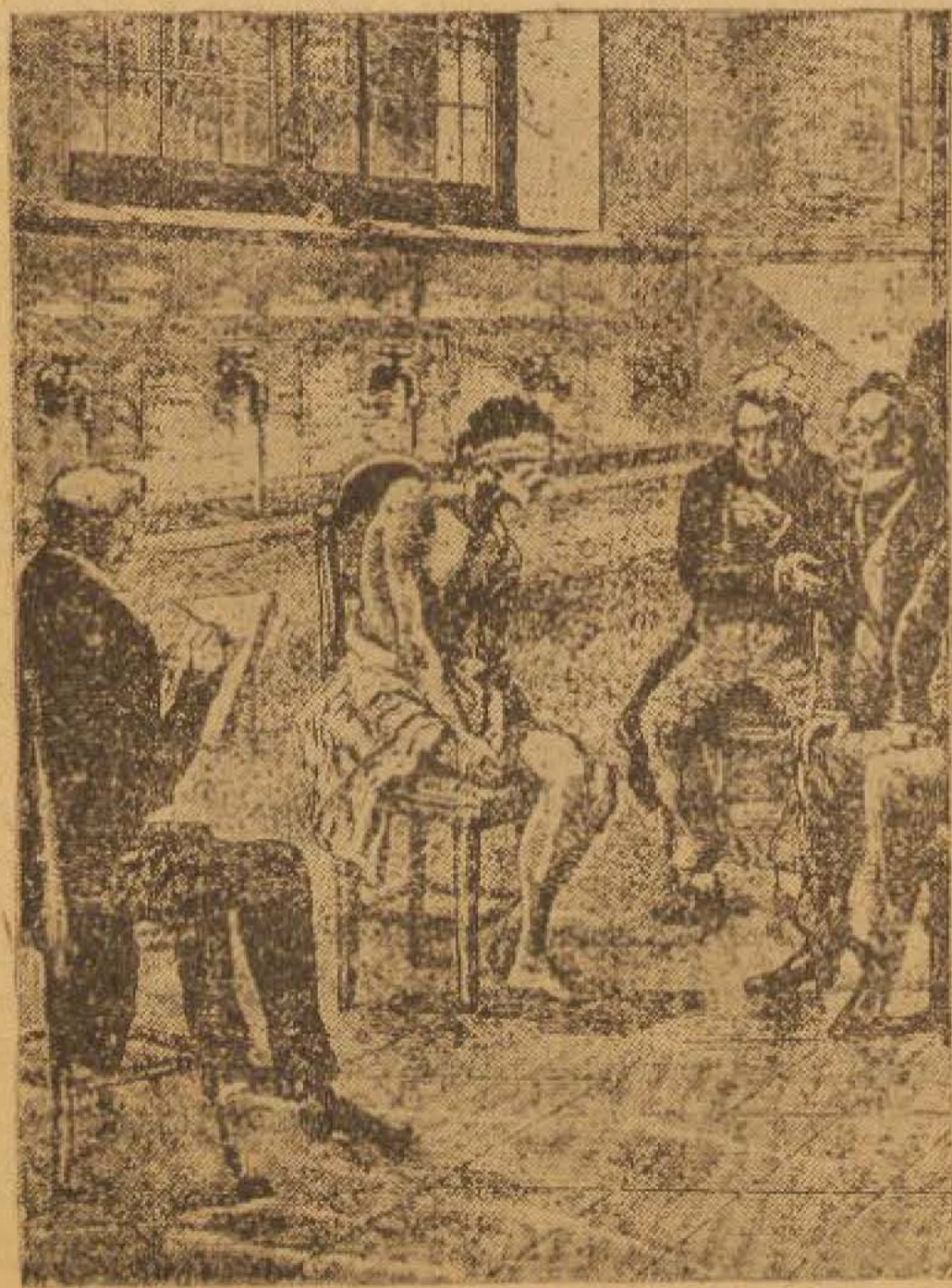
ціли вложив йому до уст кишенковий термометер.

Якже здивував ся, як за хвилину хорий нараз крикнув, що є цілковито здоровий і що може вже свобідно володіти язиком. Представляв собі він, як се опісля показало ся, що мав вже в устах сей прилад, о яким перед тим лікар говорив йому.

Подібний случай приключив ся д-рови Бернгаймови: До його клініки прийшла дівчина, що терпіла на цілковитий брак голосу (нервозна афонія). Професор Б. післав по електричну машину, однак хотів спершу досвідчити словної сугестії. Натиснув полегки її гортанку а віднявши пальці сказав: »Тепер можеш говорити вже голосно«. Хора дійсно промовила, а з давнійшої афонії не остало сліду. Як величезною силою є уроєне вказує ясно факт, за якого правду не мож сумнівати ся. В однім поспішнім російськїм потягу удав ся кондуктор до холодні, яка звичайно є при тих потягах, що перебігають великі віддалення. Через ошибку замкнули його там так, що відчас руху не міг вийти відтам. Він же знав, що з хвилею як потяг сей рушив, входили в рух і апарати, що витворювали в холодні велике зимно. Як по кількох годинах відтворили сей віз на одній стації, знайшли кондуктора неживого. Як з записок, які він в смертельній тревозі поробив на стїнах, можна було заключати, що переконанєм його було, начеб всі апарати були в руху, що виїмково цілковито не мало місця. Кондукторови сему здавало ся, що відчуває як температура знижає ся. Відчуване зимна ставало щораз більше, аж наконець

впав, щоби віддати духа. В дійсности температура виносила около 10 степенів тепла. Очевидно тільки уроєне забило чоловіка.

Як далеко може сягати вплив уяви на даного осібняка, свідчить пропамятний досвід впрост »смертельний«. Ото кілька лікарів зібравши ся в Копенгадзі в ціли студійованя вражінъ імагінації, постановили одного разу сказаного на смерть, позбавити життя в инший спосіб. Зв'язали йому очи і завели його на салью призначену на переведенє досвіду. Тут зв'язали йому очи і зробили лянцетом на руках і ногах поколеня, однак так слабї, що лиш



Смерть засудженого викликана сугестією.

кілька крапель крові показало ся. Пацієнт однак будучи переконаним, що отворили ся йому жили а надто чуючи шешт води навми-сно випущеної з чотирьох курків думав, що кров витікає йому з тіла; зі страху обіляний зимним потом, в справдішних конвульсеїях закінчив жите.

Хто однак потрафить вплинути на свою уяву в додатний спосіб, перемаже трудности, які здають ся, переходити людські сили.

В нормальних обставинах чоловік, якому не дають поживи, умирає в пять до шість днях в страшних болях.

Однак артист-голодожор, Сукчі, потрафить обійти ся без поживи через трийцять день. Се доказує, що не кількадевний брак корму забиває чоловіка, лиш співчасні тому обяви як: біль і тревога. Кому удасть ся покнати біль і тревогу, може позволити собі на експеримент Сукчійого.

Розумієть ся, що не много людей має до сего сильну волю.

Сугестії відграють в житю людськім величезну ролю — також і там, де не виступають так виразно, як в описаних случаях. Всі знатні люди завдячують бодай часть свого поводження здібности сугерованя людям о своїй знатности. Не мож інакше вияснити собі величезного впливу, який мали на співчасности такий приміром Лютер або Наполеон. Також рекляма управлювана на таку скалю як приміром в Америці, можлива лише через сугестивність публики.

Кожда привичка є сугестією. Заховуємо ся після нашої привички не думаючи о тім, чи спосіб нашого поведеня є властивий чи ні,

чи проте наша привичка відносна добра чи зла.

Ціла військова карність є нагромадженням сугестій. В ніякій критичній хвилі не будить ся сумнів, що до сліпої конечности слухання розказів своїх наставників. »Старий Фриц«, пруський король« підчас перегляду своїх військ часто повен здивованя мав задавати собі питання, чому сі сильні і здорові люди, яким він мусить видавати ся найжорстокішим ворогом і тираном — чому люди сі не стріляють до него. Одно слово: сугестія дає відповідь також і на се питанє.

Вже сам мундур настоятеля ділає сугестивно пр. на сліпо витрисуваного не лише простого жовніра, але навіть на образованого посадника, лікаря і пруського офіцира. Комічна фарса »Капітан з кепенік« вайлучше поучає нас о сім. Ото старий, німецький, фізично зломаний швець, Фойгт, який сам ніколи не був жовніром, пересидівши 27 літ в мурах заведеня карного, передпас ся в мундур пруського капітана; забирає з собою тузів парадних гранадієрів пруської гвардії, обставляє ними кепніцький ратуш, арештує посадника др-а Л., лейтнанта і відставляє до Берліна, а при сім всім пруські жапдарми свідомі свого обовязку помагають сьому »капітанови«. Розуміє ся, що не кожний швець здобуде ся на піддаванє таких зручних сугестій, що побуджують цілий світ до веселого сміху.

Так бачимо, що майже всьо на світі оперте на сугестії в найширшійм того слова значіню. Сугестії приємній не опираємо ся, лише спокійно переводимо її на дорогу відосере-

дну. Є се сугестія симпатична. Симпатична сугестія посідає в собі завсїди змаганє до здійсненя.

Сугестія несимпатична може на яві рідко зреалізувати ся.

Сли у сні здібність критичного суду успає, то до певної границі сугестія несимпатична збуджає автосугестію. Всі сугестії звернені проти змаганям природи, як проти змаганя самозахованого або змаганя до розмножуваня, або через право людське освяченим засадам морали, витворюють як сугестії несимпатичні, автосугестії відпорні, о впрост противних напрямх. Піддаванє сугестій властивим способом так, щоби вони дійсно зреалізували ся, є великою тайною поведженя в відносинах з людськими.

До сего належить в першій мірі здібність приміненя. Не оповідай свому ближньому що його нудить, лиш те, що підпадає під круг його інтересів, або щось, що може взагалі його інтересувати; інакше будуть тебе уважати за дурака, а на твої слова не будуть звертати достаточної уваги. Ізза сего легко можеш найти ся в положеню, що в хвили, коли тобі на сугестії много буде залежати, слова твої будуть лише пустим звуком.

В товариських житю не конче треба бути визнатою особою, але треба вміти своє товариське становище в цілости виповнити, се значить треба для себе зажадати тої пошани яку віддає ся іншим. Тоді лише твоя сугестія приємна або неприємна впаде на ґрунт податний; сугестію же несимпатичну тим більше будуть відчувати.

» Чи потребуєте чого?« — питає купець.
» Ні!« — і двері замикають ся. Сарака ходить від хати до хати і часом, хиба лише його нужденна і жадібна міна ділає як сугестія, що принесе йому кілька центів. Однак добросердих мало на світі, іменно задля частого досвіду, що гроші дістають ся у невластиві руки.

Прийшов до мене оної купець і каже: »Добрий день, пане пр. В.!« — назвав мене поіменно і каже далше: »Ізза вашого заінтересованя до цвітів і рости, бажав би я показати вам щось цілком оригінального! Я хвилево заінтересований, позваляю йому увійти; тут подає мені купець ерихонську рожу за ціну одної марки. Даю йому марку і питаю ся: »Відки знаєте мене?« »Я вас не знаю, але ваше назвиско написане на дверях«. — Але відки знаєте, що я інтересую ся ростинами?« »Чейже цілий ваш балькон ними позаставлений!« — Наколиб купець запитав був: »Чи купите рожу ерихонську?« — »Ні!« — і двері по тім однім слові замкнулиб ся. — Пішов битий лис на перший поверх, дзвонить, знімає чемно капелюх і говорить: »Добрий день, пане У. Приходжу від пана В. (отже послугує ся знаним назвиском як порученєм).....« — приготовляє собі в сей спосіб поле для своєї сугестії і продає там також рожу ерихонську.

Велике значінє має сугестія в житю любовнім. Полягає вона на божевільних впливах через симпатичні сугестії. Дятого то сугестії несимпатичні є тимбільше болючі, чим більше ми полюбили другу особу і тим менше чого подібного сподівали ся. Бесідник на народних зборах не повинен своїм слухачам ні-

чого іншого говорити, як лише розвинути думку дрімучу в умах згромаджених а зроджену на підставі оголошеної теми. Лише тоді його сугестія перейде на відповідну відосередню дорогу.

На сугестії полягає ціла система нашого виховання.

Як учимо діти найнижшого степеня таблицки множення, не можемо ще часто ясно доказати правди наших тверджень. До сего бракує ще тим малим єствам зрозуміння. Ми радше впоюємо в них віру, що то, що говоримо, є правдою і працюємо при помочи сугестії, або що тут має те саме значінє при помочи тресури. Факт сей своєю дорогою до тепер для немногих (навіть між ученими) є чимсь знаним.

Так перед давним часом на устах всіх було імя коня, якого названо »мудрий Івась«. Звіря се належить до пана Остена в Берліні. Сей каже, що свого коня навчив таблицки множення і много інших річий в такий самий спосіб, в який поступає ся з дітьми на найнижшій елементарній степені. І зараз закипіло в щоденній пресі від мудрости редакторів: **Не розум а тресура у мудрого Івася!**

Чи є в тім яке противорічє?! Чи ж що найменше 99 проц. всякої чинности умової та кож людської і вся праця умова на її початковій, найнижшій степені не полягала на тресурі, се зн. на сугестії?! Випадає тут спізнати, що сей кінь має тепер 12 літ і що його талант чисельний є вже ослаблений, бо задачі з додавання і віднімання сягають лише до 15. Притім каже властитель, що Іван ізза певного рода »нервозности« не надає ся до науки

і проте думає вишукати інакше молоде і спокійне лоша.

При виховуванню дітей конечно співчутє, виrozumіє і прощанє.

Зачасто прогрішуємо ся тут несимпатичною сугестією, задля чого стають діти вперті і неслухняні.

Дитина хотіла би мати часом се і те, річий часами вирост непонятих. Заперечити, а мимо сего поділати симпатичною сугестією є штука, якої треба учити ся. Приміром: В школі розказує учитель хлопцеві подати долоню, щоби покарати примірно. Хлопець не подає руки компромітуючи тим повагу учителя перед цілою клясою. Що тут робити? Спритний учитель бере ся на спосіб позірне злагодження своєї першої сугестій поданєм іншої, приємної, або старає ся з іншої сторони зачепити противника. Побуджає він пр. його амбіцію і говорить до хлопця: »Ах, твої руки такі брудні, що не варта їх навіть диткнути ся. Сейчас витягає хлопець обі руки, на які відбирає заслужені удари. Висше спімнені доводження і приміри повинні вистарчити до виясненя, яке велике значіне в житю мають сугестії, на яких полягають висліди гіпнотизму.

(Конець першої часті).



Кожному потрібно книжки.

Порадник гігієнічно лікарський.

ПРОВІДНИК ГІГІЄНІЧНО-ЛІКАРСЬКИЙ.

Недуги пошестні. — Зладив др. Евген Озаркевич, директор
»Народної Лічниці« у Львові.

Попри інші порадики почало Тов. »Просвіта« видавати в сім році лікарський порадики. Яко перше число сего видавництва вийшла праця д-ра Евгена Озаркевича про »Недуги пошестні«. Обговорено докладно в сій книжці сі недуги, які визнає за пошестні і проти котрих поширеню власти виступають. Подрібно обговорені тут: кір, дифтерія, шкарлатина муме, дизентерія, коклюш, дур черевний і вятнистий, віспа звичайна і вітрова, пошестне запаленє мозково-стрижєвих опон, хезера азийська і домашня, чума. В другій часті книжки подано способи поборовања пошестних недуг wraz з відносинами законними постаповами. Книжка ілюстрована. Повинна найти ся в кождім громадським урядї, в кождій шкільній бібліотеці, в руках кождого інтелїгента, що живе серед народа і у льсьєвичєних селян. Цїна брошури 50ц

В оправі в полотно коштує всего 75ц

ПОРАДНИК ЛІКАРСЬКИЙ В НАЙВАЖНІЙШИХ НЕДУГАХ.

Зладив др. Евген Озаркевич.

Дешева ся брошура є немов дальшим тїгєм повнесної книжки, бо обговорює коротко а ясно інші недуги: більгелови, зімліне, жовтільниця, зубкованє дїтній, кашель, колька р боці, кровоток і т. п. недуги, що часто лучають ся в кождій хатї. З огляду, що ціна брошури дуже мала, а подано в нїй вказівки, як можна собі порадити в сих недугах, поручаємо її кождому. — Цїна лише 10ц

RUSKA KNYHARNIA

848-850 Main St.,

Winnipeg, Canada.