

ՅԱՐՈՐԹԻՆ
ՇԷՔԷՐՉԵԱՆ

**ՄԱՐԴԿԱՅԻՆ
ՄՏՔԻ
ՔԱԶԱԳՈՐԾՈՒԹԻՒՆԸ
ԿԱՄ
ԳՈՐԾՆԱԿԱՆ
ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹԻՒՆ**

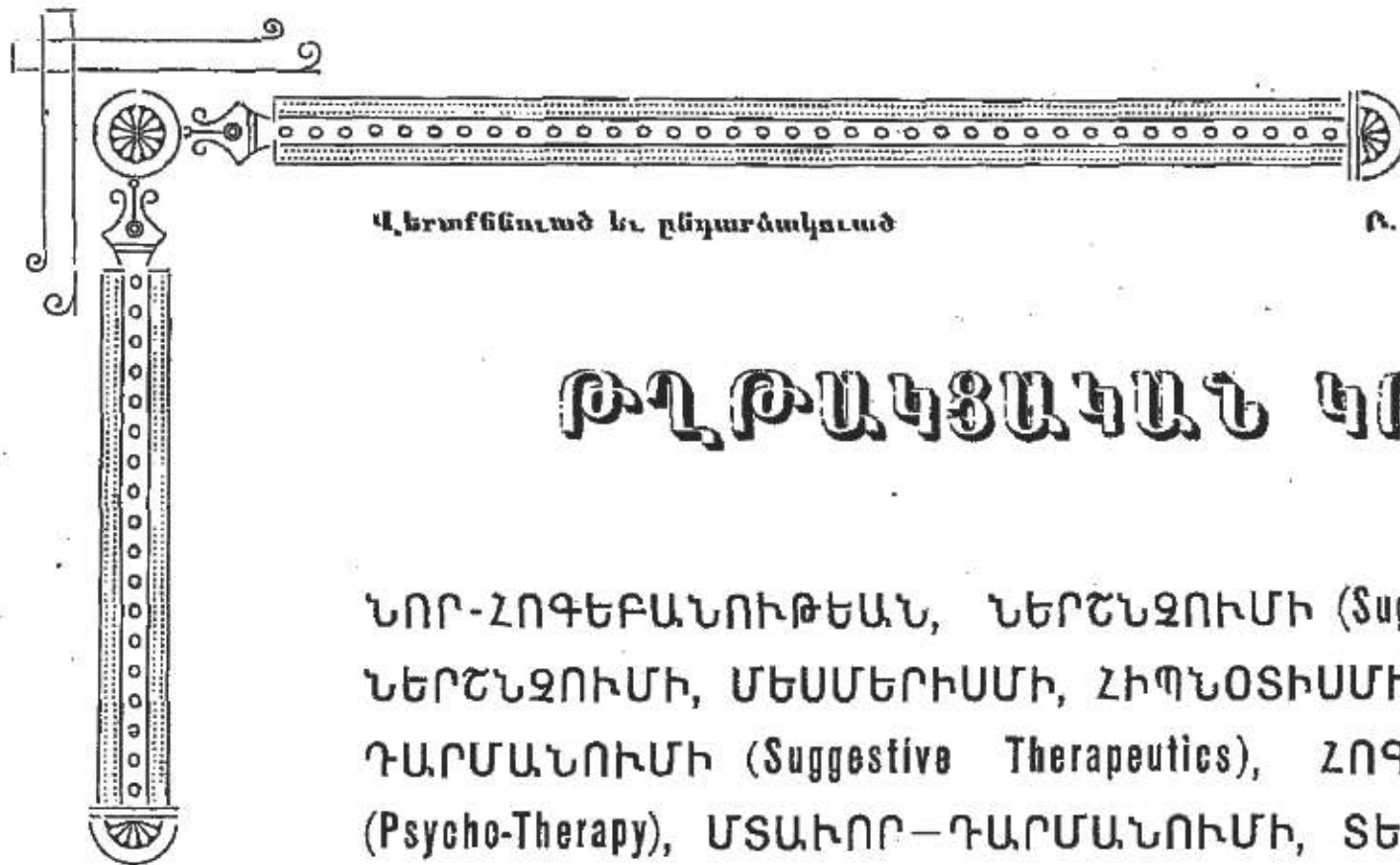


ՀԻՊԵՕՏԻՍՄ
ՆԵՐՇԵՂՈՒՄ
ԻՆՔԵԱՆԵՐՇԵՂՈՒՄ
ԵՆԹԱԳԻՏԱԿՅՈՒԹԻՒՆ
ՆԵՐՇԵՂՉԱԿԱՆ-ԳԱՐՄԱՆՈՒՄ
ՀՈԳԵԲՈՒԹԻՒՆ
ՄՏԱԻՈՐ-ԳԱՐՄԱՆՈՒՄ
ՊԱՅՇՍԱԹԱՏԵՍՈՒԹԻՒՆ
ՀԻՊԵՕՍՄԱԿԱՆ ՄԷՍԵՍ
ՆՈՐ-ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹԻՒՆ





Samuel P. Johnson



Վերաբնակում և ընդարձակում

Բ. ՀՐԱՑԱՐԱԿՈՒԹԻՒՆ

ԹՂԹԱԿՑԱԿԱՆ ԿՈՒՐՍ

ՆՈՐ-ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹԵԱՆ, ՆԵՐՇՆԶՈՒՄԻ (Suggestion), ԻՆՔՆԱ-
ՆԵՐՇՆԶՈՒՄԻ, ՄԵՍՄԵՐԻՍՄԻ, ՀԻՊՆՕՏԻՍՄԻ, ՆԵՐՇՆԶԱԿԱՆ
ԴԱՐՄԱՆՈՒՄԻ (Suggestive Therapeutics), ՀՈԳԵԲՈՒԺՈՒԹԵԱՆ
(Psycho-Therapy), ՄՏԱԻՈՐ-ԴԱՐՄԱՆՈՒՄԻ, ՏԵԼԵՊԱԹԻԻ, ՊԱՅ-
ԾԱՌԱՏԵՍՈՒԹԵԱՆ, ՀԻՊՆՕՍԱԿԱՆ ՑՈՒՑԱՀԱՆԴԷՍԻ, ԵՆ-
ԹԱԳԻՏԱԿՑՈՒԹԵԱՆ ԵՒ ԱՅԼՆ

ՊԱՏՐԱՍՏԵՑ
ՑԱՐՈՒԹԻՒՆ ԶԷՔԷՐՋԵԱՆ

Այս Կուրսի բոլոր իրաւունքները վերապահուած են հեղինակին

ՅԱՌԱՋԱԲԱՆ ԵՒ ԱՌԱՋԻՆ ԴԱՍ

Ուսանողին.—Այն դասերը, որոնք կազմում են այս Կուրսի հրահանգները եւ այն խորհուրդները, որ տրուած են այս Կուրսի էջերում, ծրագրուած են սովորեցնելու եւ լուսաբանելու նպատակով, բառի իսկական մեկնով: Այս Կուրսում եւ տուած են այն, ինչ որ հնարաւոր է, ինչ որ իսկական եւ հարազատ է:

Դուք, որպէս մէկը իմ աշակերտներից, կարող էք վստահ լինել, որ ես պիտի օգնեմ ձեզ մինչեւ որ դուք կը սիրապետէք Մտաւոր Գիտութեան եւ կը յաջողիք որպէս մի գործադրող, այս գիտութեան մէջ: Միայն ես ուզում եմ ունենալ ձեր Ուշադրութիւնը եւ Յարատեւութիւնը: Որպէս զի ձեր յաջողութիւնը կ'աւարտուի լինի այս գիտութեան մէջ, ես ուզում եմ ձեր համագործակցութիւնը: Դուք զիտէք, որ ուսուցիչը որքան էլ հմուտ կերպով բացատրած լինի առարկայն իր աշակերտին, եւ երբ աշակերտը անհոգ կը գտնուի սովորելու դասերը եւ հրահանգները, նա չի կարող սովորել: Հէնց դրա համար էլ ես ուզում եմ ունենալ ձեր համագործակցութիւնը եւ ես իմ կողմից կերաւխաւորեմ սովորեցնել այս եւ սալ ձեզ իմ բոլոր ջանքերը, Նոր-Հոգեբանութեան բոլոր նիւղերի մէջ:

Վստահ, որ դուք պիտի սկսէք ուսումնասիրել եւ սովորել այս գիտութիւնը այն հաստատուն մտադրութեամբ, որ նրան սիրապետելու էք եւ հաւատարմօրէն հետեւելու բոլոր դասերին: Հաստատապէս կ'ասեմ, որ դուք պիտի յաջողիք եւ ես դժուարութիւն չեմ ունենալու ձեզ սովորեցնելիս: Եւ օրէ օր դուք պիտի զգաք ձեր մտաւոր կարողութիւնների աճումը եւ պիտի դառնաք անկախ եւ զարմանալի կերպով ուժեղ՝ ազդելու ուրիշների մեքերին:

Դուք այս Կուրսից պիտի սովորէք Հիպնոսիզմի Օրէնքները, նոյնպէս պիտի լիովին ծանօթանաք Ներեւնչական Դարմանումի, (Suggestive Therapeutics)--դարմանել հիւանդներ ներեւնչումով, Մտաւոր դարմանումի հետ, քէօրեայ եւ գործնական: Ներեւնչման օրէնքը պարզ եւ յսակ կերպով բացատրուած է, որը ըմբռնելուց յետոյ դուք դիտի կարողանաք գործադրել նրան ձեր ամենօրեայ կեանքում: Ինքնաներեւնչումը նոյնպէս ունի իր օրէնքները. նրան լիովին հասկանալուց յետոյ դուք պիտի գործադրէք այն ձեր առողջութեան, յաջողութեան եւ ձեր խառակների բարձրացման համար: Ընթրնելով Նոր-Հոգեբանութեան սկզբունքները, դուք պիտի կարողանաք մտածել դրական, պիտի զօրեղացնէք ձեր բոլոր

մտաւոր կարողութիւնները: Դուք լիովին գիտակցութիւն պիտի ունենաք ձեր ենթագիտակցական մտքի կարողութիւնների վրայ եւ պիտի սկսէք վստահանալ նրան:

Եւ աշխատել եմ հնարաւոր չափով խուսափել թերմիւսներից եւ թէօրիսներից եւ գործածել ժողովրդականացած բառեր եւ գոյս գործնական դասեր: Իմ նպատակս է եղել գործածել հնարաւոր չափով պարզ լեզու, հասկանալի թիրաբանային եւ կովկասահային, իմ դասերը բացաւրելու համար:

Իմ նպատակս է եղել սրբել, մաքրել այն խորհրդաւորութիւնները, որոնք դառնել պատել են այս գիտութիւնը:

Ուրիշների մտքերի վրայ ազդել ներշնչումով, կամ որ նոյնն է Հիպոսիզմով, շատ հեշտ է եւ ով ծանօթ է ներշնչման Օրէնքի հետ, նա կարող է հիպոսիզացնել: Բայց նախ քան ձեզ այդ Օրէնքներին առաջնորդելը, ձեր ուսադրութիւնը պիտի հրաւիրեմ հետեւեալ մի քանի կարեւոր կէտերի վրայ:

Դուք, որպէս հիպոսիստ, պիտի ուսադրութիւն դարձնէք ձեր խարակներին եւ ձեր արտաքին մաքրութեան վրայ: Պէտք է ձեր հագուստները մաքուր եւ կոկիկ լինեն, նոյնպէս ձեր ձեռքերն ու եղունգները եւ ձեր մտաւոր դրութիւնը պէտք է լինի յուրջ եւ հանդարտ: Եթէ ներկայումս դուք պատրաստ չէք այդ վիճակին, դուք կարող էք ձեր թոյլ կողմերն ուժեղացնել եւ մշակել Ինքնաներշնչումներով: Դուք պէտք է կարողանաք կառավարել ձեզ, նախ քան կառնող կը լինէք կառավարել ուրիշներին, մի յաջող հիպոսիստ այլ կերպ լինել չի կարող:

Ներշնչման Օրէնքի հետ ծանօթանալուց յետոյ, դուք պիտի ջանաք վարժուել Դրական սօնով զօրաւոր ներշնչումներ սալ: Բացասական կամ աստիճանային սօնով տրուած ներշնչումները չեն կարող հասնել ենթագիտակցական մտքի մէջ եւ այնտեղ սպառուել: Հէնց դրա համար պիտի ձեր ինքնաներշնչումներով զօրեղացնէք ձեր խարակները: Պէտք է խօսէք կամ ներշնչէք ձեր ենթակային դրական սօնով եւ ուղղակի, եւ նա կազդուի:

Մի նոր ենթակայի մի ջանաք առաջին անգամ հիպոսիզացնել, քննեցնել, այլ նրա վրայ կատարեցէք ժիզիբական փորձեր, նրա արթուն վիճակում, ձեր ներշնչումներով. այդ փորձերին ենթարկող ենթակային հետ կերպով կը վարժուի հիպոսիզական փունջի մէջ մտնելու, եւ դրա մի առաւելութիւնն էլ այն է, որ դուք ներշնչել կը սովորէք:

Ներշնչումներ սալիս ոչ միայն դրական սօն պէտք է ընդունէք, այլ եւ ձեր տուած ներշնչման

արդիւնքն դուք ինքներդ պիտի հաւատաք, չի պիտի կասկածէք նրա արդիւնքի վրայ. օրինակ, երբ ձեր ենթակային ներշնչում էք, թէ «նա մոռացել է իր անունը», դուք պիտի այդ ներշնչէք վստահօրէն, առանց սարակոյսի, այլապէս կը վրիպի փորձը, եթէ ներշնչումը անվստահ Տօնով սաք, ենթակայն ամենեւին չի ազդուիլ:

Հիպնոսացնելու սարքեր-սարքեր մեքօսներ կան. եւ միմիայն ամենալաւ մեքօսներն են տրուած այս Կուրսում, այդուամենայնիւ խրախուսելու հիպնոսիս ունի իր մի սիրած մեքօղը: Մեքօղները չեն, որ հիպնոս են առաջ բերում, այլ ենթակայի եւ հիպնոսիսի մտաւոր դրոյթիւնները: Ենթական պիտի փափագի, պիտի համաձայնի ենթարկել, նրա միտքը պիտի լինի պատիվ, հանդարտ, խաղաղ. իսկ հիպնոսիսի միտքը պիտի ուժեղ կերպով կենդրոնացած լինի գործի վրայ, նա կենդրոնացնում է իր ուշադրութիւնը եւ կամքի ոյժը ենթակայի վրայ ուժգնութեամբ. եւ ապա նա սկսում է սալ մտաւոր կամ բառացի ներշնչումներ: Նրա ներշնչումները նպատակ ունին «ժուկ» ի գաղափարը սպառնել ենթակայի մտքի մէջ:

Ձր կայ մի այնպիսի մեքօղ, որ ամեն պարագայում յաջող արդիւնք սայ, ենթականերից ոմանք չեն ազդուիլ մի մեքօղով, միջնդեռ պատճառօրէն զգայուն են մէկ ուրիշ մեքօղի:

Հիպնոսացնելիս ամեն նախազգուշութիւն պիտի անել տեսնելու համար, թէ ենթական բոլորովին ազատ է որեւէ ներվայնութիւնից, թէ նա կատարելապէս համաձայն է մտնելու հիպնոսական վիճակի մէջ: Առաջին անգամ մի ենթակայի ֆունի ենթարկելը բաւական դժուար է, թէպէտ կան զգայուն մարդիկ, որ կը ֆնեն հեշտութեամբ առաջին փորձին իսկ: Ձի պիտի յուսահասուել, եթէ ձեր փորձը անյաջողութեան կը մասնուի, կը վրիպի: Կրկնեցէք փորձերը սարքեր-սարքեր մարդկանց վրայ, երկու սեռից անխօր, եւ պիտի պատահէք մէկին, որ պիտի յաջողէք հիպնոսացնել: Դա կը սայ ձեզ վստահութիւն:

Միտքն ունի դրական յասկութիւններ եւ բացասական յասկութիւններ: Դրական յասկութիւնները կամ դրոյթիւնները առաջ են բերում զօրութիւն եւ ոյժ: Բացասական դրոյթիւնները թուլութիւն, «սկստութիւն» եւ վրիպում: Եւ որովհետեւ դուք ուզում էք ներշնչող դառնալ, դարմանել հիւանդներ եւ ազդել ուրիշների մտքի վրայ, կամ կօնսօլ անել ուրիշներին, դուք պէտք է ջանամ մտակել ձեր մտնում Դրական դրոյթիւն, դրական մտաւոր խորհուրդներ, միեւնոյն ժամանակ պէտք է ջանամ զուպել, արգելել

բոլոր բացասական խորհուրդների մասքը ձեռ մե՛սում: Ինչպէս գիտէք, խրամանչիւր դրական դրութիւն ունի եւ բացասական դրութիւն, օրինակ փաշարսութիւնը դրական խորհուրդ է, երկիրը, վախը բացասական: Ուրախութիւնը՝ դրական է, ինքնութիւնը՝ բացասական եւ այլն: Ուրախ գի կարողանա՛ւ հետազննել ձեռ մե՛սից բոլոր բացասական խորհուրդները, ուսի անհրաժեշտ է յարատեօրէն ունենալ Դրական մտաւոր դրութիւն, իսկ երբ բացասական խորհուրդներ կը գան, արգիլել նրանց մտքը, բռնելով նրա հակառակ դրական խորհուրդներ մե՛սում: Ներշնչումը կրկնութիւնները ձեռ մտաւոր դրութիւնը կը դարձնեն Դրական, եւ երբ մի անգամ մտաւոր դրութիւնը դարձաւ դրական, այլեւս բացասական խորհուրդները չեն կարող մե՛սից ներս մտնել: Լինել Մե՛սի Դրական դրութիւնում, նշանակում է տրեւել, իշխել: Լինել Մե՛սի *ըացասական* դրութիւնում նշանակում է ստիպանալ, հիւանդանալ, վրիպել, յուսահասել, վախ եւ երկիրդ, եւ այլն: Հետեւաբար ամեն անգամ, որ մե՛նք կը պատրաստուենք մէկին ներշնչել կամ մի հիւանդի դարմանել, նախ կամաւորապէս պէ՛տ է ճանք մեռ մե՛սին Դրական դրութիւն, այլապէս մեռ ներշնչումները ոյժ չեն ունենալ ազդելու ուրիշներին: Երբ սովորութիւն կը դառնցնէ՛ք ձեռ մե՛սերը դրական խորհուրդներով կերակրել, նա կուժեղացնէ ձեռ Լներգիան, վստահութիւնը եւ բոլոր միւս մտաւոր կարողութիւնները: Ձեռ երեսակայութեան մէջ ջանացէ՛ք ձեզ տեսնել յաջող, փափագեցէ՛ք ձեռ բոլոր էութեամբ յաջութիւն ձեռք բերել եւ հաւասացէ՛ք ձեռ մե՛սում, որ ձեռ ցանկացած յաջողութիւնը պիտի ունենա՛ւ, միեւնոյն ժամանակ գործադրէ՛ք ձեռ կամքը, ձեռ կենդրոնացումը ձեռ մտաւոր եւ ճիգի՛քական ոյժերը եւ յարատեւեցէ՛ք, անտուտ պիտի յաջողիք:

Ուրիշներին կառավարելու համար հարկաւոր է գործադրել հասարակ դասողութիւն: Ոչ ոք չի ցանկանալ՝ որ մէկ ուրիշը կառավարէ կամ ազդէ իր վրայ, ուսի երբ առաջին անգամ մի նոր մարդու կը կամենա՛ւ կօնտրօլ անել, նրան դիմէ՛ք մի այնպիսի փաղցր ձեռով, որ նախ նրա համարութիւնը ձեռք բերէ՛ք, եւ անսագօնիզմ չի ստեղծէ՛ք, նրանից յետոյ ձեռ գործը կը հեշտանայ:

Կան մարդիկ, որոնք կատեն ձեզ, թէ նրանք ուժեղ կամք ունեն եւ չեն հիպնօսել, նրա վրայ զորձ մի կատարէ՛ք, այլ նրան ասացէ՛ք, ով որ գօրաւոր կամք ունի, նա ամենալաւ հիպնօսական երթական է, որովհետեւ նա կարող է իր կամքի ոյժով իսկոյն կենդրոնացնել իր միտքը բունի գաղափարի վրայ եւ կը՝ քնէ, սոյն ինչ չի կարելի իղօտներին եւ խելագարներին հիպնօսացնել, որովհետեւ նրանք կամք չունեն եւ չեն կարող մի ռուպէ կենդրոնացնել իրենց միտքը մի կէտի վրայ: Եւ այդպիսին ուրիշ

անգամ չի պարծենար, թէ ինքը չի ներենչւիլ, որովհետեւ ամեն ոք գիտակցաբար, թէ անգիտակցաբար ներենչում է ամեն օր:

Եթէ՛ ձեր ենթական երբէք չէ՛ տեսած ուրիշի հիպնօսւիլը, լաւ է, որ նրա ներկայութեանը հիպնօսացնէք մէկ ուրիշին, դա կը հեռացնէ նրա մտքից վախը:

Ոմանք էլ կարծում են թէ չեն կարող քնել. այդպիսիներին պիտի ասել այդպէս չի մտածել, այլ կենտրոնացնել իրենց խորհուրդը «ըռնի» զաղաւթարի վրայ եւ կը քնեն:

Յաջող եւ դրական ներենչումներ սալը դուք ձեռք կը բերէք փորձառութիւնով, դա մի վիթխարի ոյժ է եւ պէ՛տ է շատ վարժութիւններ կատարէք ձեզ կատարելագործելու համար:

Այս հրահանգները, որ եւ ձեզ սալիս եմ, արդիւնք են գործնական փորձառութեան: Դասերը պիտի սովորել սխտեմասիկօրէն. մէկ դասին պիտի լաւ տիրապետել, միւս դասին անցնելուց առաջ: Եւ ուզում եմ, որ դուք նշօրէն եւ յսակ կերպով ըմբռնէք խրատանչիւր դասի միտքը: Եթէ լաւ ըմբռնէք այս Կարտում տուած բոլոր հրահանգները եւ նրանց վերածէք գործնական փորձերի, ինքնա վստահութեամբ, եռանդով եւ կամքի ոյժով, եւ հաւատացնում եմ ձեզ, որ դուք պիտի ունենաք կատարելալ յաջողութիւն:

Մի անձնատուութիւն, որ փափագում է մի հիպնօսական օպերատօր (*գործադրող*) դառնալ, ապա նա պէ՛տ է վարժեցնէ իր միտքը կենտրոնացման-այսինքն, կարողանալ մտնել բռնել մէկ խորհուրդ միայն, դուրս վտարելով ամեն ուրիշ խորհուրդ: Նա պէ՛տ է մշակէ եւ զարգացնէ յոյսը եւ հաւատը. պէ՛տ է ունենայ ինքնավստահութիւն եւ մտադրութիւն անելու, ինչ որ նա կը ձեռնարկէ անել:

Դ Ա Ս 2.

Պ Ս Տ Մ Ա Կ Ա Ն Ա Կ Ն Ա Ր Կ

Արդարեւ ոչ մի գիտութիւն աշխարհի ստեղծագործութիւնից ի վեր սգիտութեան եւ նախապատեարումի ձեռնում այնքան չի տանջուել, որքան այս գիտութիւնը, որ մենք պիտի ուսումնասիրենք: Նրա հնագոյն պատմութիւնը, աշխարհի բոլոր ազգերի մէջ, վերագրուած է գերբնականութեան: Նրա երեւոյթը բոլոր

կրօնների հիմքն է եղած եւ հին ժամանակների բոլոր նախապաշարումները նոյնպէս հիմնուած են այս երեսոյքի վրայ:

Թէ երբ եւ ինչպէս է պատահել, որ մարդը կարողացել է իրազէկ դառնալ, թէ ինքը կարող է ներգործել մէկ ուրիշ մարդու մեքին, ինչ որ մենք այժմ անուանում ենք *ներշնչումով* յայտնի չէ:

Միջին դարերի այն վիճակները, որոնք սմարտորէն հալածուեցին եւ խարոյկների վրայ այրուեցին, ուրիշ ոչինչ չէին, եթէ ոչ պարզ Սովնաբուլիսներ, որոնք կարողանում էին հեռութեամբ մտնել ինքնահիպոստան մէջ եւ առաջ բերում զանազան հոգեկան երեսոյքներ:

Ներշնչումը գործ էր դրում Եփրայեցիների եւ Ասորեսանցիների մէջ հիւանդութիւններ դարմանելիս.— Նաաման ասորեսանցի գնում է Եղիսէ մարգարէից դարմանուելու իր բորոտութիւնից. Եղիսէն ասում է (*ներշնչում*): «Գնա եւ լուացուիք եօթն անգամ Յորդանան գետի մէջ եւ քա բորոտութիւնը կը մաքրուի»: Նաաման նեղացած բացագանչում է. «Ես կարծում էի, թէ նա պիտի կանգնէր եւ իր ձեռքերը զարկէր իմ հիւանդ մարմնի վրայ եւ ոռոգացնէր իմ բորոտութիւնը».
(2 *Թագ. 5. 11.*): Նաամանը բարեբաղդաբար լսում է իր ծառայի խորհուրդը եւ լողանում եօթն անգամ Յորդանան գետում եւ սրբում է նրա բորոտութիւնը: Ս. Գրքի մի ուրիշ մասում կարդում ենք.— Տէրը ասաց Մովսէսին, Վերցրու Յօշուան, Նքնի որդին, մի մարդ՝ որի մէջ դեւ կար, եւ դիր քն ձեռքերը նրա վրան: Եւ նա դրեց իր ձեռքերը նրա վրան, ինչպէս Տէրը հրամայած էր, եւ Յօշուան լցուեց իմաստութիւնով, որովհետեւ Մովսէսը դրեց իր ձեռքերը նրա վրան:

Միջին դարերի եւրոպական թագաւորներից ոմանք հիւանդներ էին դարմանում—*ձեռք ղնելով*— եւ նոքա այն համոզումն ունէին, թէ դա սի շօրհիք է երկնից տրուած: Կային նոյնպէս հասարակ դասակարգից մարդիկ, որոնք դարմանում էին հիւանդներ «ձեռք ղնելով»:

Իսրայէլի մարգարէները կամ տեսանողները պատգամներ կը տային թէ մասնաւոր եւ թէ սուրբ հարցերի նկատմամբ: Սամուէլի Ա. Գլ. 9-րդ, հմբ,ի մէջ կարդում ենք.— «Սաուդը, Կիթի որդին, դիմում է Սամուէլ մարգարէին, որին նաեւ փող էլ է վնարում,—որպէսզի նրանից իմանայ իր հօր էտերի որտեղ գտնուիլը»:

«Ձեռք ղնելով» հիւանդ դարմանելը մի շատ սովորական բան էր նրեաների մէջ եւ նոյնը գործադրեց Քրիստոնէութեան Հիմնադիրը եւ նրա անմիջական հետեւորդները, որոնք նոյնպէս տալին սեանքելի

արդիւնքներ: «Հիւանդների վրա ձեռք կը դնեն եւ նրանք կառողջանան»: (*Մարկոս Ժ. 2. 18*):

Յոյներն իրենց սովորութիւններից շատ բաներ վերցրել էին Հնդկաստանից եւ Եգիպտոսից: Առաջին յոյն բժիշկները հիւանդ դարմանելիս գործ էին դնում որոշ Մոզական Աւարողութիւններ, որոնց կարելի է համեմատել ժամանակակից մեամերիսների գործադրած մանիպուլացիաների *ծեղքերը քսել կամ շփել եւ կամ փոքր հեռաւորութիւնից շարժելը կոչում է մանիպուլացիա* (manipulation):

Էսգուլապիւսը պատգամներ էր տալիս երագում—հնած վիճակում,— իր հիւանդի բժշկութեան համար: Նա փչում էր հիւանդի ցունտ մասերի վրա եւ ամոհում ցաւերը իր ձեռքերը միմեանց խփելով: Նոյնը կատարել են նաեւ նրա աւակերտները, հիւանդների առողջութիւնը վերականգնելու համար, որել են նրանց երկար եւ կազդուրիչ ֆունի մէջ (*հիպնոտիզմ*):

Սեյուսի գրածի համեմատ, նա դրած է Ասգլէպիադին ֆունի մէջ, շփելով, եւ երբ շփումները շարունակել է, հիւանդը մեծ է խոր ֆունի մէջ—լեթարգիա:

Պարասելլուսը 1530 թիւին առաջ շեց այն թէօրիան, թէ երկնային մարմինները մի տեսակ ազդեցութիւն են գործադրում մարդու առողջութեան վրա եւ նոյն ժամանակի մեծօղները աստիճանաբար սարածեցին այն թէօրիան թէ, եթէ երկնային մարմինները մի ազդեցութիւն են գործադրում մարդու վրա, մարդն եւս կարող է եւ գործադրում է մի ազդեցութիւն իր ընկեր մարդու վրա:

Ֆ Բ Ե Դ Բ Ի Կ Ա Ն Տ Օ Ն Մ Ե Ս Մ Ե Բ

Մեամերին կը պատկանի այն պատիւը, որը առաջին անգամ յանձնեց այս առարկայն գիտական աշխարհի ուշադրութեանը: Մեամեր ծնած է 1734 Մայիսի 5-ին Ստէյն կոչւած մի գիւղաբնակում Բհայնի բլուրների վրա: Այս հազուագիւտ մարդը բժշկութիւն էր ստանալով Վիէնայի համալսարանում: Նա իր կեանքի առաջին մասում խոր կերպով հետաքրքրուած էր աստղաբանութեան ուսումնասիրութեամբ: Եւ նա այն միտքն յղացաւ, թէ մոլորակները մի որեւէ կերպով ազդեցութիւն են կատարում մարդու առողջութեան վրա: Նա առաջին անգամ կարծում էր, թէ այս ազդեցութիւնը էլէկտրական էր, բայց յետոյ վերագրեց այն մագնէտիզմի: Այդ ժամանակները նա իր բժշկութիւնները կատարում էր հիւանդացած մարմինների վրա մագնէտներ խփելով: Եւ նա ձեռք բերեց այս միջոցով աչքի ընկնող

յայտողութիւն եւ հրատարակեց մի գիրք 1766 թիւին.— «De Planetarum Infuxa» անունով:

1776 թիւն նա պատահեց Կասմեր անունով մի կաթոլիկ ֆահանայի, որը ձեռք էր բերել մեծ համբաւ մանիպուլացիայով կատարած իր դարմանումների ճնորհով: Մեամերը, դրանից յետոյ թողեց իր մագնէսների գործածութիւնը եւ սարածեց «*Կենդանական Մագնիտիզմ*» «Aniamal Magnetism» թէորիան: Նա իր թէորիան բացատրեց հետեւեալ կերպով.— «Մի հեղուկ կայ, որը սարածուած է ճիւղերում, բայց շատ անկի գործօն է մարդկային ներվային կազմութեան վրա, որը հնարաւորութիւն կը տայ մի մարդու, լցուիլ այդ հեղուկով եւ գործադրել մի գորաւոր ազդեցութիւն մէկ ուրիշ մարդու վրա»:

Կասմերին հանդիպելուց երկու տարի յետոյ նա գնաց Պարիզ եւ այնտեղ իր մանիպուլացիաների սեփական ազդեցութիւններով դրեց մայրաքաղաքը յուզման մէջ: Նա նախատեսեց դեղորայքի բժիշկների կողմից, բայց ժողովուրդը խոնարհ էր նրա մօտ եւ բազմաթիւ զարմանալի բժշկութիւններ կատարեց: Նրա մեթոդները, իր ժամանակին, ապակուցիւն շարժաբանիզմով, բայց որովհետեւ նա հաւատում էր իր թէորիայի նեմատրութեանը, նա ջերմօրէն պահանջեց մի հետազօտութիւն, ֆինութիւն կատարել: Ֆրանսիական կառավարութիւնը համաձայնուեց եւ նշանակեց մի յանձնաժողով, բաղկացած բժիշկներից եւ Գիտութեան Ակադեմիայի անդամներից: Յանձնախումբի տեղեկագրութիւնն ասում է, որ նա ֆինեց Մեամերի պահանջած գլխաւոր կէտերը, բայց չի գտաւ այնպիսի փաստ, որ կարողանար հաստատել նրա մագնիսական հեղուկի թէորիայի նեմատրութիւնը եւ յանձնախումբն ինքը հնարեց մի նոր թէորիա, այսինքն նա ամբողջ երեւոյթը վերագրեց «*Երեւակայութեան*»: Յանձնախումբի եզրակացութիւնն այն էր, թէ այս ստարիկայն արժանի չէ, այլ եւս գիտական հետազօտութեան:

Դրանից մի քիչ յետոյ Մեամերն ամուսնաց, որը արդիւնք էր դեղորայքի բժիշկների մեծագոյն մասի ասեղութեան եւ նա մեռաւ 1815 թիւին:

Մեամերը թողեց բազմաթիւ աշակերտներ, որոնցից շատեր իմպիրիկներ (impirics)—փորձառական, առանց ուսումի մարդիկ էին, եւ որոնք անյի անպատեցին Մեամերիսմը: Սակայն կային մի քանի կարող եւ գիտնական մարդիկ, որոնք սակայն շարունակեցին հետազօտութիւնը. նրանց մէջ էին Մարկիզ դը Պիզլեգուր, Դէլեոզ եւ ուրիշներ: Այս պարոնները յեղափոխեցին արուեստը, նրանք դրին իրենց ենթականերին ֆունի մէջ մանիպուլացիաներով, փոխանակ քրտապատեղու նրանց խորհրդաւորութիւններով, աղօս յուսատուած յարկերում, ի անուշահոտութիւններով, նուրբ խորհրդաւոր

միազիկով, ինչպէս այդ գործարքում էր Մեամերը: Նրանք մեակեցին իրենց ենթակաների մէջ Պայծառաստութեան (Clairvoyance) երեւոյթը եւ սայացուցին այն հազարաւոր կերպով: Նրանք պատահաւ դառան, որ իրենց ենթակաները հնագանդին իրենց մտաւոր հրամաններին, այնպէս պատահաւորէն, որպէս թէ այդ հրամանները տրուած լինէին բաւերով: Բժեկեցին հիւանդներ, պատահաւ դառան կաղին ֆալեու, կոյրին տեսնելու: Նրանք վերակենդանացրին հասարակութեան հետաքրքրութիւնը այս երեւոյթի վրա, այնպէս որ ժամանակի Արեւմտական Բժեկական Ակադեմիան ստիպուած զգաց հրամայել մի նոր հետազոտութիւն: Այդ կատարուեց 1825 թիւին: Մի յանձնախումբը նշանակուեց, բաղկացած ամենակարող եւ ամենագոյշ գիտնականներից: Մասաչուսեթս վեց տարի յանձնախումբը շարունակեց իր հետազոտութիւնները եւ 1831-ին զիջանեց ներկայացնել իր տեղեկագրութիւնը: Յանձնախումբի գլխաւոր ջանքերը ուղղուած էր որոշելու Մեամերի մի բուժական արժէքը, որը հաստատեց եւ աներկբայելի փորձերով երեւան բերեց Պայծառաստութեան զօրութիւնը: Նա նշանակաւ հաստատեց այն խնդիրը, թէ մարդկանց կարելի է մագնիսացնել թէ հեռաւորութիւնից եւ թէ հպումով:

Այս տեղեկագրութեան ազդեցութիւնը յանկարծական եւ նշանաւոր էր: Մագնետիզմը, որպէս մի բուժական միջոցով փաստողները եւ այս երեւոյթի օկուլտիստները հանգամանք ունենալն հաւատարմութիւնը ինչպիսիքն է Պայծառաստութիւնը: Խորհուրդի-Փոխանցումն, տարին մեծ յաղթանակ: Այդ տեղեկագրութիւնը չի սպառուեց եւ նա մնում է հիմնարկութեան ձեռագիրների արխիւում: Մի ուրիշ յանձնախումբը նշանակուեց դրանից անմիջապէս յետոյ, որի անդամներից մին, որը յանձնախումբի գլխաւորն էր, բացարձակապէս ցոյց տուեց իր թեմատիկաները այդ վարդապետութեան դէմ, ուստի դրանից կարող էր եզրակացնել նրա տուած արդիւնքը:

Ա.Բ.Բ.Ս.-Ճ.Ս.Բ.Ս.—1813-Արքա Ֆարիա, որ նոր էր վերադարձել Հնդկաստանից, հերքեց Մեամերի հեղուկային թէօրիան եւ Մեամերի մի երեւոյթը վերագրեց—Ներշնչման—(SUGGESTION). նա Պարիզում կարդաց մի բարձր դասախօսութիւններ եւ կատարեց գործնական փորձեր. նա յայտնեց մի նոր միտք եւս, թէ սովորաբար անո՞ջ բերողը, ինքը ենթական է, ոչ թէ մագնետիզմը եւ թէ հակառակ ենթականի կամքին բուն առաջ բերել չի կարելի:

ԴՕԿՏՕՐ ՉԷՅՄՍ ԲՐԷԴ.—1841 թիւն Մանչեսթրցի Դր-Բրեդըր դուրս եկաւ մի նոր թէօրիայով: Նրա կարծիքով ենթադրեալ մագնետիզմական հեղուկը ոչ մի կապ չունէր երեւոյթն առաջ բերելու համար: Նա

զսաւ, որ մի փայլուն առարկայ փոռնելով, ենթակայի աչեքի առաջ եւ ստիպելով նրան յառել իր աչեքը նրա վրա, շարունակական ուշադրութիւնով նա կը մտնէ խոր հիպնոսական փունի մէջ, որի ընթացում մագնետիստի մէջ յիշուած մի շարք յայտնի երեւոյթները կարելի է առաջ բերել: Բրէդլի գիւսը գրաւեց գիտնականների ուշադրութիւնը: Բրէդլի մեթոդով չէր կարելի առաջ բերել Խորհուրդի-Փոխանցման երեւոյթը: Մինչեւ Բրէդլի երեւան գալը այս երեւոյթը ի պատիւ Մեամերի կոչում էր *մ'եամ'երիզմ'*: Բրէդլն էր, որ առաջին անգամ անուանեց այս գիտութիւնը *Հիպնոտիզմ'*: «*Հիպնոս*» բառը նա վերցրեց յունարէնից, որ նշանակում է—*քուն*—:

Բրէդլի բացատրութիւնն ու քերտիան երեւան գալուց յետոյ, այն բարձր երեւոյթները, ինչպէս Պայծառաստեալութիւն, Խորհուրդի-Փոխանցումն, աչքից ընկան եւ անպատուեցին, որովհետեւ Բրէդլ չէր կարող իր ենթականերին հնագանդել սալ իր մտաւոր հրամաններին, դորս նամար նա չի հաւասաց պայծառաստեալութեան երեւոյթի նշմարտութեանը:

Բրէդլը զսաւ նաեւ, որ կարելի է հիպնոսական վիճակ առաջ բերել անկախօրէն, առանց ներկայութեան եւ համագործակցութեան մի ուրիշ անձնատուրութեան: Նա երբէք չի կարողացաւ ըմբռնել ներեցումի ազդեցութեան ոյժը:

Երբ Բրէդլ զսաւ, որ խոր փուն կարելի է առաջ բերել իր մեթոդով, փայլուն առարկայով, առանց ներեցման օգնութեան, նրա հետեւորդները շատապով եզրակացին, թէ ուրեմն մագնետիստական ենթադրութիւնը հիմնովին սխալ է:

Բրէդլի գիրքը դուրս գալուց յետոյ, շատ քիչ, կամ հազիւ յառաջադիմութիւն տեսնուեց այս գիտութեան մէջ: Դ-ր Լիեքոյսն առաջինն եղաւ, որ հաստատեց իր փորձարկութիւնները եւ 1866 թին նա հրատարակեց իր գիրքը: Նա իրապէս հիմնադիրն է, ինչպէս այժմ կոչում է, Նանսօի Հիպնոտիզմի Դպրոցին:

Պրօֆէսոր Շարգօն, որը Պարիզի Սալպիտրիէի հիւանդանոցի գլխաւոր բժիշկն էր, նույնպէս հիմնադիրն է մի Հիպնոզական Դպրոցի, որը կոչում է նաեւ Պարիզի կամ Սալպիտրիէի Դպրոց: Ռոմվիտեւ Շարգօն վայելում էր մեծ համբաւ, որպէս գիտնական, ունեցաւ բազմաթիւ հետեւորդներ:

Այս երեք դպրոցների գլխաւոր սարբերութիւնները հետեւեալն է.—

1.—Մեամերիսները բռնում են Մեամերի հեղուկային քերտիան, այսինքն թէ Մեամերեան դրութիւնն

առաջ է բերում առանց ներեցումի, պասսերով (pass), որ կասարում է մեամերիսը ենթակայի վրա, մա իր պասսերին միացնում է մեֆի եւ կամֆի ուժեղ կենդրոնացում եւ թէ նրանից հոսում է մի անօւր — անեստանելի հեղուկ, որը գնում բաղխում է հիւանդի մարմնի այն մասի վրա, որ ուղղուած է հեղուկը եւ առաջ է բերում բուժական եւ այլ ազդեցութիւններ, հնազանդելով մեամերիսի կամֆին, եւ թէ այս ազդեցութիւնը անելի լաւ կը սսացուի անձնական հպումով, բայց եւ կարելի է սսանալ այն հեռաւորութիւնից եւ առանց ենթակայի գիտութեան եւ առանց ներեցումի:

2.—Նանսիի Գպրոցի թէօրիայով հիպնոզական բունն առաջ է բերում մտաւոր գործունէութիւնով միայն եւ թէ այս երեւոյթն ամենալաւ կերպով կարելի է առաջ բերել այն անձնաւորութիւնների վրա, որոնց ճիզիֆական առողջութիւնն անթերի է եւ ունեն կասարեալ մտաւոր հաւասարակեռութիւն եւ որ այս մտաւոր գործունէութիւնը եւ հետեւաբար ճիզիֆական եւ հոգեբանական երեւոյթը արդիւնք են բոլոր հանգամանքներում, մի որեւէ ձեւի ներեցման:

3.—Պարիզի Գպրոցը գտնում է, որ հիպնոսիզմը արդիւնք է մի անբնական կամ ներվերի հիւանդոգ դրութեան, թէ երեւոյթի մեծ մասը կարելի է առաջ բերել անկախօրէն, առանց որեւէ ձեւի ներեցման, եւ թէ իսկական հիպնոզական դրութիւն կարելի է առաջ բերել միայն այն մարդկանց մէջ, որոնց ներվերը հիւանդ են:

Նանսիի Հիպնոսիզմի Գպրոցը, շատ իրաւամբ, բռնում է այն կողմը, թէ հիպնոսիզմի ամբողջ երեւոյթը եւ հիպնոս առաջ բերելուց յետոյ յաջորդական դրութիւնները, պարսական են մի որեւէ ձեւի ներեցման ոյժի: Նանսիի Գպրոցը նոյնպէս գտաւ, որ հիպնոսական դրութիւն կարելի է առաջ բերել պարզապէս ներեցման ոյժով: Նանսիի Գպրոցի եզրակացութիւնն այն է, որ ներեցումը մի անհրաժեշտ ձեակօր է հիպնոսական դրութիւն առաջ բերելու համար:

Ներկայումս հոգեբաններն ու գիտնականները, որոնք ուսումնասիրած են ներեցումի բուն էութիւնը, եկած են այն եզրակացութեան, որ արդարեւ ներեցումի ուղիղ ըմբռնողութիւնը կը լուծէ բոլոր հոգեբանական խտրողաւորութիւնները եւ ներեցման Օրէնքի յսակ բացատրութեան պատիւը կը պատկանի Նանսիի Հիպնոսիզմի Գպրոցին:

Ճիշտ է, որ Շարգոն իր ձեռք բերած մեծ համբաւի շնորհով ունեցաւ հետեւորդներ, բայց նրա հիմնական ենթադրութիւնները շեղիչ են եւ իր եզրակացութիւնները արժանի չեն ուշադրութեան:

Գլխաւոր սխալը, որ Պարիզի Դպրոցը կատարեց, այդ այն էր, որ նա իր վարձերը կատարեց հիպոթերիկ կանանց վրա եւ այն ենթադրութիւնը, թէ հիպոսիզմը ինքնին մի ներվային հիւանդութիւն է եւ թէ հիւանդութիւնը զտնուում է հիպոթերիկական ենթակաների մէջ, բոլորովին սխալ է եւ այդ յայտնի է բոլոր հիպոսիզմի ուսանողներին, բացի Պարիզի Դպրոցին պատկանողներից: Արդէն Նանսիի Դպրոցն ապացուցեց, որ ամենալաւ հիպոսիզմի ենթականեր այն անձնաւորութիւններն են, որոնք կատարելապէս առողջ են: Պարիզի Դպրոցը սխալում է եւ այն բանի մէջ, որ ներշնչումը անհրաժեշտ ճակտոր չի հանաչում հիպոսիզմի ենթային առաջ բերելու համար: Մի ուրիշ սխալն էլ այն է այդ դպրոցին, որ նա ասում է, թէ ենթական, լեթարգիական վիճակում ոչինչ չի իմանում իր շուրջը կատարուածների մասին,— այն ինչ իրականութիւն է, որ ենթակայի ենթակայական միտքը երբէք չի գնում, այս առթիւ Նանսիին պրոֆեսորներից Բերնէյմն իր Suggestive Therapeutque գրքում գրում է.—

«Պէտք է իրազեկ լինել այն իրողութեան հետ, որ հիպոսիզմի բոլոր աստիճաններում, ենթական լսում եւ հասկանում է ամեն ինչ, միայն իսկ եթէ նա անշարժ էրեւայ եւ կրաւորական վիճակում: Ենթակայի զգայարաններից ոմանք մասնաւորապէս այնպէս սուր են այս մասնաւոր կենտրոնացման վիճակում, որպէս եթէ բոլոր ներվային գործունէութիւնը կուտակուած լինէր այն օրգանների մէջ, որոնց վրա ուշադրութիւնը հրաւիրուած է»:

Շարժի Դպրոցի թէորիաները համանման են Բրէդեան թէորիային եւ նրա եզրակացութիւններն էլ պատկանում են ճիշդիական գիտութեան: Միւս կողմից Նանսիի Դպրոցը այս ենթային առաջ է բերում բառացի ներշնչումով եւ անգիտակցում է այն իրողութիւնը, թէ կարելի է հիպոսիզմ, ինչ առաջ բերել որեւէ ձեւի ներշնչման բացակայութեանը: Նա մերժում է Բրէդեան հիպոսիզմի մեթոդը, անհրաժեշտ չի համարում այն եւ զտնուում վնասակար:

Մեմբերիսները անգիտակցում են ներշնչման ոյժը, որպէս ճակտոր իրենց փորձարկութիւնների ուժէտ աստիճանում եւ բացաւրում են ամբողջ ենթային մագնիսական հեղուկային թէորիայով:

Նանսիի Դպրոցը գործադրում է ներշնչում միայն, հիպոսիզմի դրութիւն առաջ բերելու համար: Նոյն երբեմն կատարում են պատեր իրենց ենթակաների վրայ, մեմբերիսների ձեւով, բայց միայն այն տեսակով, որ դրանով մի խորհրդաւորութիւն սան գործողութեան եւ թէ դա կատարուածն է ներշնչման ոյժը:

Պարիզի Դպրոցը գործադրում է ճիզգիտական միջոցներ, գրեթե բացարձակապէս, հիպոստոսական հուն առաջ բերելու համար: Նոքա գործնականապէս նոյնն են, ինչ որ Բրեդն էր գործադրում, այսինքն սխիստի հիւանդին կամ ենթակային յառելի աչքերը շարունակական կերպով մի վիայուն առակայի վրա, քէէ նոքա ներածեցին զանազան ուրիշ մեթոդներ: Եւս, ինչպէս էլէկտրական լոյսի շողը գծել ենթակայի աչքերի մէջ, առանց ենթակային զգուշացնելու մի ծնծողայ խփել նրա ականջի մօտ յանկարծակի կամ զանկի մտքը բարձրաձեւ շփելով եւ այլն:

Մեամբեան մեթոդը կը բաղկանայ պատուերից, զլսից դէպի ներքեւ, նայելով հաստատուն կերպով ենթակայի աչքերի մէջ եւ կենդրոնացնելով միտքը ձեռնում զսնուած գործի վրա, զլսաւորապէս կամենալով, որ ենթական ֆնէ:

Դ Ա Ս 3.

ՄՏՔԻ ԵՐԿԻՈՐՈՒԹԵԱՆ (DUALITY OF MIND) ԹԷՕՐԵԱՆ

ԱՌԱՐԿԱՅԱԿԱՆ (Objective), ԵՆԹԱԿԱՅԱԿԱՆ (Subjective) ԿԱՄ ԳԻՏԱԿԱՅԱԿԱՆ (Conscious), ԵՆԹԱԳԻՏԱԿԱՅԱԿԱՆ (Subconscious).

Այն գաղափարը, թէ մարդը օժտուած է երկուրեակ մտաւոր կազմութիւնով, նոր չէ: Այս առաջարկութեան էական ճեմաւորութիւնը նախաձեռնած է բոլոր դարերի ֆաղափակրթուած ազգերի փիլիսոփաների կողմից:

Վերջին տարիներում Մսֆի-Երկուրութեան վարդապետութիւնը սկսեց անլի յսակ կերպով սահմանուել եւ նա այժմ Նոր-Հոգեբանութեան փիլիսոփայութեան մէջ կազմում է զլսաւոր սկզբունքը:

Մսֆի-Երկուրութեան մասին ամենայնպէս բացատրութեան պատիւը կը պատկանի Նոր-Հոգեբանութեան հայր, Թօմաս Ջէյ Հուդսօնին, որը այս երկու մտքերը անուանած է մին Առարկայական (Objective), միւսը Ենթակայական (Subjective):

Երկու մտքերի տարբերութիւնը նա բացատրում է այսպէս.—

Առարկայական միսքն իր ծանօթութիւններն ստանում է առարկայական աշխարհից: Նա խորհրդածութեան միջնորդը հինգ ճիզիական զգայարաններն են: Նա մարդու ճիզիական կարիքներէ արտակարգ անումն է: Նա մարդու առաջնորդն է իր պայտարի մէջ իր նիւթական շրջապատով: Նա պատկանաբանութեան ամենաբարձր գործառնութիւնն (function) է:

Ենթակայական միսքն ստանում է իր շրջապատի ծանօթութիւնը ճիզիական զգայարաններից անկախ կերպով: Նա ըմբռնում է իմացականութեամբ (intuition): Նա յուզումի կայանն է եւ յիշողութեան շեմարանը: Նա գործադրում է իր ամենաբարձր գործառնութիւնները—Ճունկցիա,—երբ որ առարկայական զգայարանները թափուր են: Մի խօսով, նա այն իմացականութիւնն է, որ ինքն իրեն երեւան է բերում մի հիպնոսական ենթակայի մէջ, երբ վերջինը սովնանբալխսական վիճակումն է: Այս վիճակում ենթակայական միսքը կը կատարէ մի շարք ամենազարմանալի մեծագործութիւններ: Նա կը տեսնէ առանց բնական տեսողութեան գործարանի—աչքերի—եւ այս եւ ուրիշ հիպնոսական աստիճաններում, կարելի է այնպէս անել, որ երեսոյթապէս նա թողնէ իր մարմինը եւ ինքը համբարդէ հեռաւոր երկիրներ եւ յետքերէ տեղեկութիւններ, յաճախ ամենանիշտ բնաւորութիւն կրող տեղեկութիւններ: Ենթակայական միսքն ոյժ ունի նաեւ կարողաւ ուրիշների խորհուրդները, միջնէ անգամ մանրամասնօրէն, նա կարողում է կնիւած ծրարի մէջի նամակի բովանդակութիւնը եւ կարողում է փակուած գրից: Ենթակայական միսքն այն է, որ տէր է Պայծառատեսութեան (Clairvoyance) կարողութեան եւ ոյժ ունի հասկանալու ուրիշների խորհուրդները, եւ հաղորդակցում է առանց օգնութեան սովորական, առարկայական—հինգ զգայարանների—միջնորդութեան:

Հուշասուն ասում է.—Թուում է, թէ ենթակայական միսքը մի բաժան է որոշ էութիւն է, եւ երկու մեքերի միջեւ եղած իրական որոշիչ տարբերութիւնը թուում է թէ կայանում է այն իրողութեան մէջ, որ Առարկայական Միսքը պարզապէս ճիզիական ուղեղի գործառնութիւնն—Ճունկցիան—է: Միջնէ ենթակայական Միսքը մի որոշ էութիւն է, տէր է անկախ ուժերի եւ գործառնութիւնների, նա ունի իր սեպիական մտաւոր կազմութիւնը եւ կարող է շարունակել մի գոյութիւն մարմնից անկախ: Ուրիշ խօսով նա մարդու հոգին է»:

Ամենից աւելի կարեւոր, նոյնպէս եւ ամենից աւելի աչքի ընկնող երկու մեքերի տարբերութիւնների նշանները ներշնչումն է: Մտանում է, որ ժամանակակից հիպնոսիստների հետազօտութիւնները մեզ տուին

ամենակարեւոր օգնութիւնը.

Առարկայական միտքը, կամ ասեմք, մարդը իր նօրմալ վիճակում, չի կառավարուիլ մի ուրիշի ներեցումներով, որովհետեւ նրանք հակառակ են նրա դասողութեան, նրա դրական գիտակցութեան կամ առանց նրա զգայարանների յայտնութեան, գործունէութեան:

Ենթակայական միտքը, կամ մարդը հիպնոսուած վիճակում, բացարձակապէս եւ անդրդուելիօրէն կենթարկուի ներեցման ոյժին:

Երկու մտքերի էութիւնն ու տարբերութիւնը մի քիչ անելի պարզելու համար անելացնենք մի քանի խօսք եւս.—

Առարկայական կամ Գիտակցական միտքն այն է, որը կառավարում է հինգ զգայարաններով. այդ այն միտքն է, որի գոյութեանը մենք գիտակցութիւն ունենք: Առարկայական Միտքը անում եւ զարգանում է մանկութիւնից մարմնի հետ եւ դադարում է իր գոյութիւնը երբոր մարմինը մեռնում է, մենք մեռնում ենք:

Ենթակայական կամ Ենթագիտակցական Միտքն այն միտքն է, որ մեր քնած ժամանակն էլ գործում է, նա ծնում է մեզ հետ եւ ունանց կարծիքով, նա շարունակում է ապրել մարմինը մեռնելուց յետոյ էլ: Ենթակայական միտքն անելի գործօն է, երբ առարկայական միտքը քնած, հանդարտ կամ թափուր է: Առարկայական միտքն այն գործօն միտքն է, որով մենք կատարում ենք մեր առօրեայ գործերը, այն միտքն է, որ իր ծանօթութիւնը ստանում է մեր շրջապատի իրերից, որի կայանը ուղեղն է:

Ենթակայական միտքն այն միտքն է, որը բնակում է մեր ամբողջ մարմնի մէջ, այսինքն մեր գոյութեան իւրաքանչիւր մասերում: Երբոր ենթագիտակցական միտքը չի կառավարուած գիտակցական մտքի կողմից, նա կառավարում է մարմնի բոլոր ճշմարտութիւնները: Նա կառավարում է մարմնի բոլոր անդամները, կառավարում է իւրաքանչիւր գործարան եւ այս է, որ հնարաւորութիւն է տալիս հոգեբոյժին հիւանդին դարմանել նրա ենթակայական մտքի վրա սպառնելով առողջութեան գաղափարը իր ներեցումներով: Հոգեբոյժը նախ աշխատում է դադարեցնել հիւանդի առարկայական միտքը գործելուց, նրան քնեցնում, հիպնոսացնում է եւ ապա կառավարում նրա ենթակայական միտքը, որը կրկնում իւրաքանչիւր ներեցում եւ այդ ներեցումները կը սպառուեն ուժեղ կերպով հիւանդի ենթակայական մտքի մէջ եւ կը դառնան իր սեպհական խորհուրդները: Եւ հիւանդը կառողջանայ:

Երբոր մենք իրազէկ կը դառնանք այն իրողութեան հետ, թէ ենթակայական միտքը իշխանութիւն ունի մարմնի իւրաքանչիւր գործարանի եւ բջիջների վրա, մենք կը մըրունենք որ կարող ենք բժշկել հիւանդութիւններ ներշնչումով:

Ենթակայական Միտքը կը ընդունէ, առանց տատանուելու, եւ առանց կասկածի, ամեն ինչ որ կը ներշնչուի նրան. փայտ չէ, թէ որքան անհեթեթ, անպատշաճ կամ հակառակ լինեն ենթակայի գիտակցական փորձառութեան:

Եթէ ենթակային կասէք, թէ նա կասու է, նա իսկոյն կը ընդունի ձեր ներշնչումը եւ կը ջանայ իր բոլոր եռանդովը նմանեցնել կասուի ֆայտածքը եւ նրա միտքը: Եթէ նրան կասուի, թէ նա մի հոգեւոր է, նա թուրքապէս կը ընդունի այդ ներշնչումը եւ ինչպէս մի հոգեւոր հարստանակական ձեւեր կը ընդունի: Եթէ նրան մի գաւաթ ջուր տաք եւ ասէք գինի է, նա կը խմէ եւ կը հարբի, կը նմանեցնէ մի իսկական հարբեցողի բոլոր ձեւերը: Կարն խօսումով, նրան կարելի է տեսնել, լսել, զգալ, հոտոտալ եւ հաւանելի տալ որեւէ բան, նա կը հնազանդի ներշնչման: Ներշնչումով կարելի է նրան դնել կարծրացման (catalepsy) դրութեան մէջ, մի դրութիւն, որ նման է մեռած մարդու: Նրան ասէք, որ իր ձեռքը անզգայ է, զգացողութիւն չունի, եւ թէ դուք մի ասեղ պիտի խրէք նրա ձեռքի մէջ եւ նա ցաւ չի պիտի զգայ, արդարեւ ասեղը նրա ձեռքի մէջ խրելիս նա ոչ մի ցաւ չի զգալ, ցաւի ոչ մի նշան չի նշանակուիր նրա դէմքի վրա:

Այս ամբողջ Կուրսի մէջ երկու մտերին մենք պիտի անուանենք «Գիտակցական եւ ենթագիտակցական», դիւրութեան համար:

Դ Ա Ս 4.

ՆԵՐՇՆՉՈՒՄՆ (SUGGESTION)

«Ներշնչում» բառը Հոգեբանական Գիտութեան մէջ ունի իր որոշ նշանակութիւնը: Երբ մի որեւէ խորհուրդ կը ջանանք մտնել մէկ ուրիշ անձնատրութեան մտքի մէջ, բառացի կամ մտաւոր, դա ներշնչումն է: Նոյնպէս ներշնչում է, երբ կը տալուրենք մի խորհուրդ մէկ ուրիշ անձնատրութեան

մեք մէջ մեր նայածով, նեաններով, աչերով, քայլածով կամ ժիզիքական գգացողութիւնով: Ներեցնման մի նիւթն էլ կոչում է Ինքնաներեցնումն, որ մէկը ներեցնում է ինքն-իրեն, որո՞ւ մեթոդներով եւ սխալմաներով: Ինքնաներեցնումը գործադրում է այսօր շահաւէտ կերպով իբրեւ բնական բուժական միջոց: Ինքնաներեցնման մասին դուք պիտի ունենաք առանձին դաս այս կուրսում:

Սովորութիւնները ստացում են ներեցնումով. ի հարկէ բոլոր սովորութիւններին մի որեւէ բան է ընկերացած լինում անցեալից: Բոլոր անցեալ գործերն ու խորհուրդները կրկնութիւններով եւ նմանեցնելով սպաւորում են մեք մէջ եւ դառնում մարդու ներկայ մտաւոր վիճակը կամ սովորութիւնը: Անցեալի գործերն ու խորհուրդները գործում են որպէս մի ներեցնական ազդեցութիւն: Սովորութեան ներեցնումը զօրաւոր է մեզանից շատերի մէջ: Մի նոր լեզու սովորելու համար մենք սովորում ենք այդ լեզուի դասերը գիտակցօրէն եւ շատ կենդրոնացած եւ ուշադրութեամբ եւ երբ մենք սովորում ենք, նա սպաւորում է մեր ենթագիտակցական մեք մէջ, հետեւաբար նա սկսում է գործել աւտօմատիկօրէն եւ հետօրէն եւ այս նոր լեզուն մենք խօսում ենք առանց իսկական խորհուրդի, մտածելու, այդպէս էլ ընդունում ենք Սովորութեան ներեցնումը: Սովորութիւնները, ուրեմն, արդիւնք են միեւնոյն տեսակի ներեցնումների կրկնութեան, ներեցնումը ոչ թէ ստանում կրկնութիւններով: Մարդկային ցեղը, ինչպէս նաեւ կապիկների մէջ կայ նմանեցնելու կարողութիւն, մենք ընդօրինակում ենք մի ակամաւոր անձնատրութեան դիրքը, արտաքին երեւոյթը, նրա քայլածքը, ձայնը եւ այլն, պարզապէս երեւակայելով թէ այսպէս անելով գոցէ մենք էլ ունենանք նրա յատկութիւնները, հետեւաբար նմանեցնելն էլ ներեցնում է: Միջավայրը խաղում է մեծ դեր մեր կեանքում, եւ միջավայրը նմանողութեան ներեցնում է: Երբոր նմանողութեան ներեցնումը լաւ կերպով հասկացուի ժողովրդի մեծամասնութեան կողմից, նրանց մէջ կամատրապէս պիտի պահանջ առաջանայ զայելու, նմանելու վնասակար ներեցնումները, եւ դրանց փոխարէն նա պիտի սպաւորէ իր մեքում ուղիղ տեսակի ներեցնումներ:

Ներեցնումը մարդկային կեանքում մի այնպիսի գործօն է շարժիչ, մղիչ սկզբունք է, որ անկարող ենք գգում խուսափել նրա ազդեցութիւնից, երբ որ մի անգամ մեր ուշադրութիւնը ուղղում ենք այդ ուղիքի վրա: Կարգում ենք օրաթերթերը, նրանցում շատ օրինակներ կան, որոնք պիտի գործեն իրենց ներեցնող ազդեցութիւնները, թէ բարի եւ թէ չար, մեր մեքի վրա: Ենթադրենք թէ այնտեղ նկարագրուած է մի հերոսի կեանքը եւ անուշ մէկը պիտի գտնուի, որ ազդուի այդ ներեցնումից եւ հետեւի նրա

օրինակին: Անձնասպանութեան մասին գրուած սենսեսիօնայ յուրերը, զօրաւոր կերպով ազգում են ոմանց մտքին եւ նրանք առաջ են բերում նոյնանման անձնասպանութիւն: Թերթերի սիւնակները լիքն են գանազան դեղերի կամ ապրանքների յայտարարութիւններով, որոնց կրկնակի կարգալը փափագ է ծնեցնում մտքի մէջ գնելու: Անցնում էք խանութների առաջից եւ յուսամուտներում գեղարեստական ճաշակով դասաւորած տարբեր-տարբեր առարկաները գրաւում են ձեր ուշադրութիւնը, որոնք նոյնպէս ձեր մտքում փափագ են ծնեցնում գնելու նրանցից: Մեծ խանութի տները պահում են մասնագէտներ, միմիայն յուսամուտների դեկորատիօնի համար: Ամերիկայում եւ Երօպայում մասնաւոր դպրոցներ կան, որ սովորեցնում են «յայտարարութիւն» գրել: Այդ դպրոցներում զգուշաւոր կերպով սովորեցնում են աշակերտին ուշադրութիւն քննելու եւ փափագ արթնցնելու հոգեբանական օրէնքները: Այս վարպէտ յայտարարողները, որոնք ստանում են բարձր ունիւններ, շատ զգուշաւոր կերպով սովորած են Ներշնչման Օրէնքները եւ գործադրում են նրանց ամեն օր իրենց կեանքում: Վաճառատներում կամ խանութներում վաճառող գործակաջար կիւնը կամ տղամարդը յանախօսու են մասնաւոր դպրոցներ, Վաճառողի Հոգեբանութիւնը կամ ծախսել սովորելու արեստը, սովորելու համար: Առեւտրի Հոգեբանութիւնը եկած է եւ պիտի մնայ մեր մէջ: Ծախողը եւ յայտարարողը Ներշնչում են գործադրում: Ծախողը նախ գրաւում է յանախօրդի ուշադրութիւնը, ապա արթնցնում նրա մէջ գնելու փափակ: Հէնդ որ յանախօրդը զգում է ցուցադրած առարկային պէտք ունենալը, արդէն սա մի հոգեբանական րօպէ է, նա սկսում է ներշնչել:

Մարդու սամբոյց դաստիարակութիւնը արդիւնք է մի որեւէ տեսակի ներշնչման: Երեխայի մտքի վրա ուժեղ կերպով տպաւորում է այն մարդկանց կարծիքները, որոնց վրայ նա նայում է որպէս հեղինակութիւն: Սա իհարկէ նմանեցնելու ներշնչում է: Երեխան մի նմանեցնող արարած է, եւ ինտրինսօրէն նա հաւատում է գաղափարները, կարծիքները եւ ձեւերը իր մեծերին: Երեխան մեծանում է նմանելով նրանց, որոնցով ինքը շրջապատւած է: Երեխան ընդունում է գաղափարները իր ընկերներից, իր մեծերից: Մենք հանապազօրէն կազմակերպում ենք այն ներշնչումներով, որ մենք ընդունում ենք: Եթէ մեզ հասած ներշնչումները փաշարական, յուսատու ներշնչումներ են, որոնք պարունակում են ուրիշների բառերն ու օրինակները. մենք միտում ենք ունենում զարգացնելու միեւնոյն յատկութիւնները մեր մէջ: Իսկ ընդհակառակը, երբ թոյլ ենք տալիս ընդունել յոռետես գաղափարներ, ինչպէս յուսահասական, երկիրդալի, ոչ փաշարիչ եւ վրիպման ներշնչումներ ուրիշների բառերից եւ

օրինակներից, որ կը մտնեն մեք մտքի մէջ, մենք կը մտադրենք անեյ, զարգանալ յորա համեմատ: Մեր խորհուրդները, իդէաները, գործողութիւնները եւ սովորութիւնները կազմում են ուրիշների օրինակին հետեւելով: Տեղափոխութիւնը մէկ քաղաքից մէկ ուրիշը, մէկ քաղից միւսը փոխած է շատ մարդկանց կեանքները, դարձել է անլի լա կամ անլի վաս, եւ այսպէս մեր խորհուրդներն ու կարծիքները մեծապէս արդիւնք են ուրիշների խորհուրդների եւ կարծիքների, որոնց մենք ընդունել ենք: Երբ մի մարդ կուսումնասիրէ Ներսէզման Օրէնքը եւ կը գործադրէ իր կամքը, մի կամք՝ որ նա գործ դնէ իր խարակները իր ուզածին պէս բարձրացնելու.— եւ այդ կամքով նա կարող է մերժել այն ներսէզումները, որոնք իրեն լաութիւն չեն բերել եւ կը վնասէ եւ կը ընդունէ այնպիսիները, որոնք կը զօրեղացնեն եւ կը կազմեն իր խարակները, ինչ ուղղութեամբ, որ նա կը փափաքի: Ամեն ոք ոյժ ունի ընտելու եւ որոշելու իր համար նպաստաւոր սպաւորութիւնները, որ գալիս են դրսից, եւ դարձնելու իր ուշադրութիւնը դէպի այն տեսակ ներսէզումները, որոնց նա փափաքում է, նա կարող է գտնել եւ ընտել նրանց, որպէս իրենը այն սպաւորութիւնների մէջից: Երեխաները մտաւոր սպաւորութիւններ ստանում են իսկոյն եւ հաստատուն կերպով պահում նրանց իրենց խարակների մէջ: Երեխան չի հասած պատճառաբանելու աստիճանին, նա կառավարում է համարեայ զգայնութիւնով եւ յոյզերով եւ նրան շրջապատող սպաւորութիւնների եւ ներսէզումների ազդեցութեամբ: Ուրեմն որքան զոյժ պէտք է լինեն ծնողները եւ ուսուցիչները երեխաների հետ խօսելիս անյարմար ներսէզումներ գործածելուց եւ պէտք է նրանք գործածեն միմիայն յարմար ներսէզումներ: Բարի ներսէզումները առաջ կը բերեն բարի ազդեցութիւններ, չար ներսէզումները վաս եւ չար ազդեցութիւններ: Ներսէզման միջոցով մենք դաստիարակում ենք միտքը:

Մենք տեսնումք, որ մարդը տէր է երկու մտքի. Գիտակցական եւ ենթագիտակցական (Conscious) եւ Subconscious): Գիտակցական միտքն այն միտքն է, որ առաջ է գալիս կազմութիւնից եւ կարելի է նկատել նրան, որպէս ուղեղի ժուլզգիան: Այդ այն միտքն է, որով մենք կատարում ենք մեր ամենօրեայ գործերը եւ որը գործում է հիմնք ժիզիֆական զգայարանների միջոցով. Նա կառավարում է մարմնի բոլոր կամաւոր շարժումները:

Ենթագիտակցական միտքը մի որոշ էութիւն է. Նա գրաւած է ամբողջ մարդկային մարմինը եւ երբ այդ մտքի դէմ որեւէ հակառակութիւն չը կայ, նա բացարձակ իշխանութիւն ունի մարմնի բոլոր

Ֆունգցիաների, դրութիւնների եւ զգացողութիւնների վրա: Այն ինչ Գիտակցական միտքը կառավարում է բոլոր կամաւոր ճանապարհները եւ շարժումները: Ենթագիտակցական միտքը կառավարում է բոլոր յօւն, ոչ կամաւոր անող ճանապարհները: Սննդառութիւնը, սպառումը, բոլոր անչափահիշիք, եւ բոլոր արտաթորումները, արտի գործողութիւնը, արեան արգանառութիւնը, բոսերը՝ շնչելիս, եւ բոլոր բջիջային կեանքը, բջիջների փոփոխութիւնները եւ նրանց զարգանալը բացարձակապէս ենթագիտակցական մտքի կասարեալ կօնդիտի ներքոյ են: Ենթագիտակցական միտքը կարող է տեսնել, առանց ժիզգիտական աչքերի, նա ոչ թ ունի հաղորդակցութեան մէջ մտնելու ուրիշ մտքերի հետ, առանց սովորական ժիզգիտական օրգանների օգնութեան: Նա կարող է կարգալ ուրիշների խորհուրդները: Նա ստանում է լուրեր եւ փոխանցում նրանց հեռաւորութեան վրա ապրող մարդկանց: Հեռաւորութիւնը արգելի չէ ենթագիտակցական մտքի համար: Նրա յիշողութիւնը կասարեալ է, նա ոչ ինչ չի մոռանալ, նա երբէք չի մոռնի: Եւ հոգեբաններից ունանց կարծիքով, նա երբէք չի մոռնի, նա կարող է շարունակել մի գոյութիւն, մարմնից անկախ:

Կեանքի բնական եւ առողջ դրութիւնում ենթագիտակցական եւ գիտակցական մտքերը գործում են կասարեալ ներդաւանակութեամբ միմեանց հետ, եւ քանի որ այդ վիճակումն են, միտք գօրեղանում են առողջ եւ ուրախ դրութիւնները, բայց դժբաղդաբար այդ երկու մտքերը չեն արժանում գործելու: Ենթագիտակցական կերպով միմեանց հետ, որը առաջ է բերում մտաւոր շփոթութիւններ, պատճառ է դառնում ժիզգիտական խանգարումների, ինչպէս ճանապարհային եւ օրգանական հիւանդութիւններ:

Բարեբաղդաբար հնարաւոր է Գիտակցական եւ ենթագիտակցական մտքերը պահել միմեանց հետ ենթագիտակցական վիճակում, եւ երբ նրանց ներդաւանակութիւնը կը խանգարուի հետեւանքը կը լինի հիւանդութիւն եւ ցաւ, այդուամենայնիւ նրանց կարելի է դնել ենթագիտակցութեան մէջ դարձեալ եւ վերադարձնել առողջական կասարեալ դրութիւններ:—*այս բոլորը ներշնչումով: Այո՛, ներշնչումով: Ներշնչումը կառավարում է ֆիզիքական դրութիւնները:*

Ենթագիտակցական միտքը հանապազօրէն ենթարկւող է Գիտակցական մտքի ներշնչման ոյժին, թէ անհասին իրեն եւ թէ մէկ ուրիշ անձնատրութեան ներշնչումին: Հետեւաբար, չը նայած, որ ենթագիտակցական—Միտքն ունի բացարձակ իշխանութիւն մարմնի բոլոր ճանապարհների եւ զգացողութիւնների վրա, երբ նա որեւէ դիւնադրութեան չի հանդիպում եւ լիովին կարող է

պահպանել նրանց ներդաշնակ եւ անողջ: Ճիշտ է նաեւ այն, որ անյարմար ներեւնումները, սրուած կամ սաացուած, գիտակցական մտքի կողմից ինքն իրեն կամ հասած մի ուրիշ անձնատրուութիւնից, կարող է խտրեցնել ենթագիտակցական մտքի գործողութիւնը եւ հիւանդութիւն եւ մահ մինչեւ իսկ առաջ բերել: Միւս կողմից, հիւանդութեան պարագայում, յարմար ներեւնումները, որոնք կը սրուին հիւանդի ենթագիտակցական մտքին, իր սեպնական Առարկայական կամ Գիտակցական Մտքից, կամ մի ուրիշ անձնատրութեան կողմից, անուշտ պիտի առաջ բերէ առողջարար արդիւնք եւ կատարեալ ապաքինում ցաւից եւ հիւանդութիւնից, եւ այս ձեւի ներեւնումը կոչուում է «Ներշնչական-Դարմանում» (Suggestive Therapeutics):

Ուրեմն պարզ է, որ կարելի է առաջ բերել Ֆիզիքական փոփոխութիւններ *մտաւոր ազդեցութիւններով*, հետեւաբար ցաւ եւ հիւանդութիւն կարելի է կօնսրօլ անել նպատակայարմար ներեւնումներով:

Եթէ ենթագիտակցական միտքն ունի բացարձակ իշխանութիւն (կօնսրօլ) մեր բոլոր մարմնական ճշմարտութեան վրա, որը բացարձակապէս նեւարիտ է, եւ որպէսզի կարողանանք կազդուել կամ բժշկել մի հիւանդութիւն, մենք պէտք է սպաւորենք յարմար եւ դրական խորհուրդներ մեր հիւանդի մտքի մէջ մեր ներեւնումներով, այնպիսի դրական խորհուրդներ, որոնք պիտի առաջ բերեն ապաքինում, առողջութիւն եւ յոռի սովորութիւնների զգասութիւն:

Միտքը ամենագոր է, եւ մենք կարող ենք կանոնաւոր մարզանքներով սիրանալ եւ կօնսրօլ անել մեր մարմինների իւրաքանչիւր անդամը եւ նրա Ֆունկցիան: Այս բոլորը հնարաւոր է ներեւնչական կրթութեամբ: Մեր գոյութեան օրէնքի հետ ծանօթանալը, մեզ ասակ կը դաւանել մեր բաղադրի տէրը դառնալու: Կարող ենք մենք մեզ եւ մեր կեանքերը անել, ինչ որ մենք կը փափաքենք, որ նրանք լինեն:

Որպէսզի կարողանանք դարմանել հիւանդութիւններ, ձեռք բերենք յայտնութիւն եւ երջանկութիւն, մենք պէտք է ունենանք փափաք, ակնկալութիւն եւ յոյս եւ կամք: Եթէ բոլոր մարդիկ հաւասարապէս իրազէլ չեն առողջութեան, յայտնութեան եւ երջանկութեան պատճառներին, դա իրենց տգիտութիւնիցն է: Երջանկութիւն այն օրէնքների, որոնց եթէ ուշադրութիւն դառցի, առանց բացառութեան կը բերէ որոշ արդիւնքներ: Բաղդ կամ պատահմունք չը կայ, ամեն ինչ երկրագնդի վրա կառավարուում է անփոփոխ օրէնքով եւ երբ մենք կը հնազանդուինք Օրէնքին, կը վարձատրուինք առողջութիւնով, յայտնութիւնով եւ

Երջանկութիւնով: Ձերմեռանդ *փափարով* եւ այդ փափաքի իրագործման ակնկալութեամբ եւ յոյսով խորհուրդներ բռնողը անպատեհաւ կը հասնի իր փափաքին. դուրս հակառակը, մի թոյլ փափաք, վերայելու երկիւղ եւ յաջողութեան համար յուսահատ մտաւոր դրութիւնը կը սառեցնէ կեանքը:

Վախը կամ երկիւղը, որ մեր առողջութեան կամ մեր դիրքի մասին, որ մենք կունենանք, դրանք մեզ կը հիւծեն, կը հիւանդացնեն մեր մարմինը, գրականապէս ասած, մեզ կը սպանեն: Միւս կողմից երբ մենք կակնկալենք եւ ջերմօրէն կը փափաքինք, եւ մեր մտում կունենանք կենդանի յոյս մեր փափաքին հասնելու, նա կարգիլէ հիւանդութիւնը եւ դուրս կը վանէ նրան մարմնից եւ մտքից:

Երբոր մենք լուրջ ուսումնասիրութեան առարկայ դարձնենք Նոր-Հոգեբանութիւնը, կը տեսնենք, որ մենք ինքներս, գրեթէ ամբողջութեամբ պատասխանատու ենք մեր վիճակի համար: Մենք ենք շինուած մեր սեպհական միջավայրը: Մենք կարող ենք ապրել առաստեան մէջ, կամ կարող ենք տապալուել աղփաստեան ցնցոտիների մէջ: Մենք կարող ենք ապրել բարի մարդկանց եւ բարի կանանց ընկերութեան մէջ, կամ կարող ենք վասնել մեր ժամանակը թղթախաղով, լինել գիւնեսներում: Մենք կարող ենք վայելել լաւ առողջութիւն, յաջողութիւն եւ երջանկութիւն, կամ մենք կարող ենք կարգալ հիւանդութիւնների եւ չխառութիւնների մասին, մինչեւ որ կըսկսենք սարսուղ վախով, եւ կըդառնանք ներվային, վիստուած, ուժասպառ եւ կը մեռնենք հիւանդութեան, աղփաստեան եւ յուսահատութեան մէջ:

Ներեցնման ոյժով կարելի է վերանորոգել ձեր մարդկանց կերպարանով, դէմով եւ գորութիւնով: Նպատակայարմար կազմած ներեցումների ազդեցութեան ներքոյ, նրանք կերեւան աւելի երիտասարդ, կը զգան աւելի երիտասարդ եւ կը գործեն աւելի երիտասարդ. նրանց մարմնի իւրաքանչիւր գործառնութիւնը կը դառնայ աւելի ակտիւ եւ նրանց կեանքը կերկարի:

Ներեցնման Օրէնքի հետ ծանօթութիւնն է, որ կարող կը դարձնէ մեզ տէր դառնայ մեր բաղդին եւ կառավարելու մեզ եւ ուրիշին եւ դարմանելու ուրիշներին եւ ինքներս մեզ: Նպատակայարմար ներեցումներով, նպատատուր պայմաններում, մենք կարող ենք հեռացնել մեզնից բոլոր նեւրոզ վախերը, կ'անեցնենք փափաք մեր մէջ, կը գրգռենք մեր ակնկալութեան կարողութիւնը, կը ներեցնենք յոյսով. եւ կը բարձրացնենք մարդկանց յուսահատութիւնից, թւառութիւնից եւ աղփաստութիւնից եւ հիւանդութիւնից, եւ նրանց սկսել կը տանք մի *նոր կեանքով* ապրելու: Այն մարդիկ, որոնք իրական

հիւանդ են, սարքերութիւն չունի, թէ ինչով են նրանք հիւանդ, կամ որքան երկար ժամանակ հիւանդութիւնը գոյութիւն ունի, եթէ բժշկել հնար է, կարող է, անուշեցի եւ արմասկանապէս բժշկել Ներեցումով, եւ այս ձեւի բժշկութիւնը, ինչպէս վերեւ յիշեցինք, կոչուում է «Ներեցական Գարմանումն»:

Յօռի սովորութիւնները կարելի է ուղղել ներեցումով: Հիւանդութիւնը անբնական է, եւ եթէ մարդիկ հիւանդանում են, դրա պատճառները պէ՛տք է փնտել նրա մեքի մէջ: Ով բացասական մտաւոր դրութիւն ունի, նա անխուսափելիորէն մի օր չէ, մի օր պիտի հիւանդանայ: Ներեցական Գարմանումի Օրէնքի գործադրութիւնը կը բերէ ձեր մեքի մէջ առողջութիւն, հետեւաբար ձեր հիւանդութիւնը կանհետանայ եւ դուք կը զգաք առողջ:

Որեւէ մէկի մեքի մէջ առողջութեան գաղափարը սպաւորելու համար, անհրաժեշտ է դնել նրա Գիտակցական Միտքը ներեցելի վիճակում, դա մի կասարեալ խաղաղ եւ հանդարտ մտաւոր դրութիւն է, բոլոր ներվային սխտէմը հանդարտ, արեան շրջանառութիւնը հաւասարուած եւ կանոնաւոր, շնչառութիւնն ազատ եւ հանգիստ եւ մարմնի բոլոր գործառնութիւնները ներդաւենակ մէկը միւսի հետ: Ահա այդ ժամանակ ներեցումով, շատ հեշտօրէն կարելի է դնել բոլոր մարդկանց, երեխաներին եւ չափահասներին այս երջանիկ դրութեան մէջ:

Այս դրութիւնում հիւանդի ենթագիտակցական միտքը ընդունող վիճակումն է, որովհետեւ գիտակցական կամ առարկայական միտքը դադարել է գործելուց եւ հիւանդի ենթագիտակցականը կասարելապէս ընդունող է եւ կընդունի բացարձակապէս, որպէս հեմարսութիւն, ինչ որ կը ներեցէ՛ք նրան: Հիւանդը ոչ միայն իրազէլ է մեր տուած ներեցման հեմարսութեանը, նա յիշում է նրանց եւ գործում ըստ այնմ, սովորում է նրանցից եւ վարժութիւններ է կատարում, մինչեւ որ առողջարար դրութիւնը հասնում է: Այս ձեւով մենք կարողանում ենք հասնել եւ դարմանել հիւանդ մարդկանց Ներեցումով: Կան մարդիկ, որոնց անցեալ կրթութիւնը շատ մաքրեալական լինելու պատճառով, չեն կարող ընդունել Ներեցումն, իրենց սովորական վիճակում, նրանք չեն կարող ընդունել ներեցումն եւ օգտուել նրա բարիքից, նրանք պատրաստ են վիճելու եւ հակառակելու, եւ այդ կարգի հիւանդները չեն կարող բժշկել սովորական Ներեցումով:

Այդ կարգի հիւանդներից մենք պահանջում ենք *փափաք՝ առողջանալու*, եթէ նա ունի այդ, մեզ

համար նշանակություն չունի այլևս նրա կարծիքները բուժական մեթոսների մասին, մենք կը դնենք նրան ներենչելի դրուժեան մէջ եւ մեր դրական ներենչումներով կը հեռացնենք նրանից բոլոր կասկածներն ու երկիւղը եւ նրա մտումը կը սպաւորենք հաւաս եւ յոյս եւ այսպէս կազատենք նրան հիւանդութիւնից: «Ներենչական Դարմանումը» գիտական է: Ներենչման ոյժը պէտք է հասկացուի ամենի կողմից, նրա կարեւորութիւնը անհերքելի է: Ուրեմն որեւէ սպաւորութիւն, որ ստացում է գիտակցօրէն կամ անգիտակցօրէն մեր հինգ զգայարաններից մէկի միջոցով, դա կոչում է «Ներենչումն»:

Ներենչական Դարմանումը (Suggestive Therapeutics), այսօր հանաչուած է, որպէս մի ժողովրդականացած բուժական մի բնական մեթօզ ճիզիական խանգարումները դարմանելու համար: Ներենչական-Դարմանումը, որպէս մի գիտութիւն, դուրս է եկած նախապաշարումի մթութիւնից եւ հաստատուած է նրա իրաւունքը միւս գիտութիւնների տարժում:

Ներենչական-Դարմանում նշանակում է գործածել Ներենչումն մի հիւանդի մտում «առողջութեան գաղափարը» սպաւորելու համար:

Բժիշկներից ոմանք, որ ծանօթ են Ներենչման Օրէնքի հետ, յանախ տալիս են իրենց հիւանդներին իրական դեղի փոխարէն հացից կամ շաւարից պատրաստուած դեղահասիկներ: Դա ինքնին մի ներենչում է, եւ շատ դէպքերում զարմանալի ազդեցութիւն ունի:

Երբոր Գիտակցական միտքը թափուր է, Ենթագիտակցական միտքը կանէ, ինչ որ նրան կը հրահանգէ, որ անէ, կը հաւասայ, ինչ որ նրան կատէ:

Ամեն ինչ որ մենք զգում ենք, տեսնում, լսում, նաշակում, հոտոտում եւ շօշափում եւ այլն, մեզ ներենչում են, մինչեւ անգամ ուրիշների խորհուրդները մեզ ներենչում են, եւ մեր Ենթագիտակցական միտքն ընդունում է նրանց, երբ գիտակցական միտքը քնած է, կամ թափուր է:

Դ Ա Ս 5.

ԻՆՉՊԷՍ ՆԵՐՇՆՉԵԼ.

Մէկ անձնաւորութեան առնել ձեռ կօնսրօլի ներքոյ նրա նօրմալ վիճակում, մի պարզ ներենչումով, դա ամենամեծ ոյժն է: Եւ դուք այդ ոյժը պիտի ձեռք բերէք յարասեւութեամբ: Այն անձնաւորութիւնը, որ ինքնավստահ է, ունի զօրաւոր կամք, անվախ է եւ նրա մտաւոր դրութիւնը դրական է, նա կարող է ներենչել եւ ազդել ուրիշ մտերի վրա:

Երբոր մտադրում էք մէկ անձնաւորութեան առնել ձեռ կօնդրօլի սակ, եւ սպաւորել նրա մտում ձեռ խորհուրդները, նախ ուշադրութիւն պիտի դառննէք, թէ ինչպէս է նրա մտաւոր դրութիւնը այդ ժամանակին, նրա միտքը զբաղուած չէ՞ որեւէ գործով կամ խորհրդով, եթէ նա պասսիւ է, ձեռ ուշադրութեամբ լսում է, այդ մի յարմար դրութիւն է, եւ դուք հեշտութեամբ, բայց եւ նարպիկութեամբ կարող էք սպաւորել ձեռ ուզած գաղափարը նրա ենթագիտակցութեան մէջ: Գիտակցական-միտքը դիմադրող է, եւ միկնելու որ այդ միտքը պասսիւ դրութեան մէջ չի դնէք, դուք չէք կարող ձեռ կօնսրօլի ներքոյ առնել ոչ ոքի: Եթէ դուք կարողացաք ըմբռնել այս երկու մտերի օրէնքը, ապա կարող էք ձեռ բառացի եւ մտաւոր ներենչումներով կառավարել ուրիշներին: Դրա համար դուք ինքներդ պիտի ունենաք Մտաւոր Դրական Դրութիւն, ապա ձեռ ենթակայի միտքը պիտի դնէք պասսիւ դրութեան մէջ եւ ապա սկսէք ձեռ ներենչումներ:

Դ Ա Ս 6.

ԻՆՉՊԷՍ ՁԵՌՔ ԲԵՐԵԼ ԵՆԹԱԿԱՆԵՐ.

Ձեռ առաջին փորձերին ձեռք բերէք մի քանի պատահիլներ: Նրանց սարէք մի այնպիսի սենեակ, ուր եկող գնացողներ չի լինեն եւ եթէ կարելի է աղմուկներ եւս չի լինեն: Նախ քան ներենչելու փորձեր

սկսելը, ջանացել պարզ եւ յստակ լեզուով մարդկային Մտքի զօրութեան, Մտքի կարողութիւնների մասին մի քանի հետաքրքրացնող բացատրութիւններ տալ, օրինակ ասել, կան մարդիկ, որոնք կարողանում են մի խօսքով ազդել մէկ ուրիշ մարդու վրա եւ անել սալ նրան, ինչ որ ուզում են, որ նա անէ: Թէ այս ոյժը սակայն առաջ է գալիս այն դէպքում միայն, երբ երկու անձնաւորութիւններ համաձայնում են այդ փորձերը կատարելու: Այսպէս խօսելով ոչ միայն նրանց մէջ հետաքրքրութիւն առաջ կը բերէ, այլ եւ կստանաւ նրանց համաձայնութիւնը:

Կանգնեցրէք նրանց ոտի վրա, կողք կողքի, եւ հրամայական տոնով ասացէք, որ նայեն ձեր աչքերի մէջ. մէկ երկու րոպէ նայելուց յետոյ, դուք ինքներդ տարածեցէք ձեր բազուկները եւ ծռելով ձեր արմունկները սկսէք մէկը միւսի շուրջը պստացնել արագ կերպով եւ հրամայեցէք, որ ձեր ենթականերն էլ նոյնը անեն: Երբ նրանք մէկ երկու րոպէ բազուկները բոլորածեւ միմիկանց յետեւից արագ արագ կը շարժեն, դուք տուէք հետեւեալ ներշնչումը՝ «Դուք չէք կարող դադարացնել ձեր բազուկները, որքան աշխատէք դադարեցնել, այնքան աւելի արագ են շարժուելու»: Մէկ երկու րոպէ յետոյ ձեր ձեռքերը ծափահարելով ասացէք, «Այժմ կարող էք»: Եւ ազդեցութիւնը կը հեռանայ:

Դ Ա Ս 7.

ՖԻԶԻՔԱԿԱՆ ՓՈՐՁ 2.—*Ի՞նչպէս մոռանալ տալ ենթակային իր սեպհական անունը:*

Հրամայեցէք ձեր ենթակային կանգնել ոտի վրա, իսկ դուք կանգնելով նրա առաջ ձեր աջ ձեռքի բրամասը դրէք նրա կոկորդի (աղամախնձորի) վրա եւ մի քանի քերթեւ նկուսներ տալուց յետոյ հրամայեցէք նրան նայել ձեր աչքերի մէջ: Հէնց որ նա յառեց իր աչքերը ձերինի մէջ, իսկոյն ներշնչեցէք հետեւեալը,— «Երբու եւ կը համբեմ երեք, դու պիտի մոռանաս ին անունը»: Կրկնեցէք

այս խօսքերը եւ ապա սկսէ՛ք համբել — «Մէկ, երկու, երեք», երեք ասելիս դրական տօնով ներանչեցէ՛ք, «անուացել ես քո անունը, ՉԵՍ ԿԱՐՈՂ ՅԻՇՆԷԼ, ՉԵՍ ԿԱՐՈՂ»։ Երբոր նա կըսկսի մտածել, որպէսզի կարողանայ յիշել իր անունը մի երկու վայրկեան, եւ անկարող կը դառնայ, իսկոյն ձեր ձեռքերը ծափահարելով, ներանչեցէ՛ք «ԿԱՐՈՂ ԵՍ, ԿԱՐՈՂ ԵՍ ՅԻՇՆԷԼ» եւ ասել տուէ՛ք իրեն իր անունը։

ՓՈՐՁ 3. — *Ի՞նչպէս կարծրացնել (կատալիստի) մէկի ամբողջ թերը Ներընչումով.* —

Հրամայեցէ՛ք ձեր ենթակային կանգնել ոտի վրա, ասացէ՛ք տօնածել իր ձախ թերը դէպի առաջ. ապա բռնելով նրա ձեռքը փակեցէ՛ք նրա մատերը եւ ձեր ձախ ձեռքով բռնելով նրա այդ նոյն ձեռքը վերեւից ներքեւ մի քանի արագ պասսեր կատարելով ուժեղ տօնով հրամայեցէ՛ք նայել ձեր աչքերի մէջ. հէնց որ նա կենդրոնացրեց իր ուշադրութիւնը եւ յառեց աչքերը ձեր աչքերի մէջ, իսկոյն սկսէ՛ք վստահօրէն ներանչել հետեւեալը. «Երբոր երեք կը համբեմ, քո ամբողջ թերը, վերեւից ներքեւ քաշի նման, պիտի կարծրանայ եւ դու չի պիտի կարողանաս ծռել քո թերը». նոյն խօսքերը մի քանի անգամ եւս ուժեղ կերպով կրկնելուց յետոյ, համբէ՛ք «մէկ... երկու... երեք...» յետոյ շարունակեցէ՛ք, ներանչեցէ՛ք — «Կարծր, կարծր, դու չես կարող ծռել, չես կարող» եւ այլն։ Մի երկու րոպէ թողէ՛ք նա փորձէ ծռել իր թերը, իհարկէ նա չի կարող ծռել, իսկ դու՛ք ծափահարելով ձեր ձեռքերը միմեանց ասացէ՛ք, «*կարող ես, այժմ կարող ես*» եւ այլն, եւ կը հետացնէ՛ք ներանչման ազդեցութիւնը։

ՓՈՐՉ 4 — Ենթակա՛ն անկարող է իր ձեռքից բաց թողնել զաւազանը՝



Դե՛ր է՛ յասակի վրա մի գաւազան եւ հրամայեցէ՛ք ձեռ ենթակային բռնել զաւազանը եւ յառել իւր աչքերը ձեռքին մէջ, մի երկու վայրկեան նայելուց յետոյ ներենչեցէ՛ք հետեւեալը. «Երբոր կը համբեմ երեք, քո ձեռքը պիտի կաշէ այդ գաւազանին եւ քո թեւը պիտի բուլանայ, եւ դու չի պիտի կարողանաս վեր բարձրացնել այդ գաւազանը». ապա սկսէ՛ք համբել «մէկ... երկու... երեք...», հէնց որ կասէ՛ք երեք, անմիջապէս շարունակեցէ՛ք ներենչել, «չես կարող, քո թեւի մէջ ոյժ չի կայ, ՉԵՍ ԿՍՐՈՂ»: Երբ մի քանի վայրկեան նա կը ջանայ վեր բարձրացնել զաւազանը եւ չի կարող, ձեռքերը ծափահարելով «կարող ես այժմ» ասէ՛ք եւ նրանից կը հեռանայ ներենչման ազդեցութիւնը:

Չի կարող վերցնել զաւազանը գետնից
Նկար թիւ 1.

ՓՈՐՉ 5. — Ենթակա՛ն կպած է աթոռին եւ անկարող է ռաժանել նրանից՝

Հրամայեցէ՛ք ձեռ ենթակային նստել արձուի վրա, ապա մի սուր ակնարկ ձգելով նրա աչքերի մէջ, ներենչեցէ՛ք հետեւեալը, «Երբոր ես կը համբեմ երեք, դու պիտի կաշես արձուին եւ չի պիտի կարողանաս ռաժանել արձուից». եւ համբէ՛ք «մէկ, երկու, երեք», հէնց որ «երեք» կասէ՛ք, սակաւին շարունակեցէ՛ք ձեռ

ներենչումները ասելով, «դու կպած ես արթուին եւ չե՞ս կարող վեր կենալ, կպած ես, պի՞նդ կպած»:
Երբոր նա մի երկու վայրկեան կը ջանայ կամ կը փորձէ վեր կենալ եւ անկարող կզգայ այդ անելու,
հեռացրէ՛ք ազդեցութիւնը «կարող ես» ասելով եւ ծափահարելով:

ՓՈՐՁ 6.—*Րեզիսից քիթ:*

Նստեցնելով ենթակային մէկ արթուի վրա, դուք ես կանգնեցէ՛ք նրա աջ կողմը եւ ձեր աջ ձեռքի
երկու մատերը բթամատ եւ ցուցամատ դնելով նրա թի արմատի վրա սկսէ՛ք մեղմօրէն փելով նրա թի
երկու կողմերի վրայ՝ սարէ՛ք թի վերջաւորութեանը եւ շարունակեցէ՛ք սանել ձեր ձեռքը սարածութեան
մէջ եւ կրկին վերադառնալ դէպի թի արմատը, նորից կասարելով նոյն պասսը: Այդ պասսի
ընթացում պէ՛տ է նաեւ սա՛ք հետեւեալ ներենչումը, «Բո ֆիթը ռեզիսի նման ձգող է, նրան կարելի է
երկարացնել կամ կարճացնել»: Ապա նորից սկսելով թի արմատից կասարելով նոյն պասսերը,
շարունակեցէ՛ք ձեր ներենչումը, «ահա արդէն երկարանում է ֆո ֆիթը, սե՛ս, սե՛ս, երկարանում է, հէնց
ասես ռեզիսից շինուած լինի, դու ինքդ էլ բռնիր ֆո մատերով ֆո ֆիթը եւ երկարացրու կամ կարճացրու,
ի՞նչպէս որ դու կը կամենաս»: Նա կը սկսէ բռնել իր ֆիթը եւ երեսակայութեամբ կերկարացնէ նրան:

Այս փորձը երբէ՛ք չի վրիպեր, եթէ կարողանաք ենթակայի այժերը կենսօրնացնել ձեր մատերի վրա
պասսեր կասարելիս. երբ որ կը նկատէ՛ք, որ նրա նայուածքը ձեր մատերի վրա յառած են, դա արդէն
նշան է, որ նա ազդուած է:



«Անդգայացումն»
արթուն վիճակում, ներշնչումով:
Նկար թիւ 2.

ՓՈՐՉ 7.—Մարմնի մի որեւէ մասի «անդգայացումն» երթակայի
արթուն վիճակում; ներշնչումով:

Նսեցրէ՛ք ձեր մի զգայուն ենթակային մէկ արտոյի վրա: Եւ
ասացէ՛ք նրան, որ դուք մի քանի պասսեր կասարելով նրա երեսների
վրա, պիտի անդգայացնէ՛ք նրա երեսների մօրքը, եւ երկու խոռո
ւանդներ պիտի մխրնէ՛ք նրա մօրքի մէջ: Սկսէ՛ք կասարել ձեր երկու
ձեռներով պասսեր (վերեւից ներքեւ) նրա երեսների վրա, եւ ներեւջել
«արդէն քո երեսի մօրքը իր զգացողութիւնը կորցրեց, եւ պիտի
աւելներ մտնեմ քո երեսների մօրքի մէջ, դու պիտի տեսնես եւ
զգաս, որ եւ աւելներն անց եմ կացնում քո մօրքի մէջ, բայց *ցաւ
չես զգայու*»: Այս ներեւջումները տուէ՛ք վստահութեամբ եւ դրական
տոնով, ապա ձեր ձախ ձեռքի երկու մասերով բռնեցէ՛ք ձեր մասերի
մէջ նրա մի երեսի փափուկ մօրքը եւ միւս ձեռքով զգուշութեամբ
մօրքի մէջ անցրէ՛ք ասեղը: Ասեղը պէ՛տք է լինի նոր եւ մաքուր,
առանց ժանգի, այս տեսակ անդգայացման փորձ կասարելիս, եւ
սովորաբար մի լուցկի կը վառեմ եւ նրա բոցի վրա կը պահեմ
ասեղը, որ շիկանայ եւ ապա ասեղը ցրեւուց յետոյ նրա վրայի
բոցից առաջացած մուրը քսում եմ իմ հագուստին եւ ապա մտնում
նրան ենթակայի երեսին: Հիմա վարուեցէ՛ք միւս երեսի հետ էլ
նոյն ձեւով: Միտ՛ ներեւջելով, որ ենթական ցաւ չի զգում: Կարող
է՛ք քոյլ սալ, որ ներկայ եղողները շօշափեն աւելները: Ապա

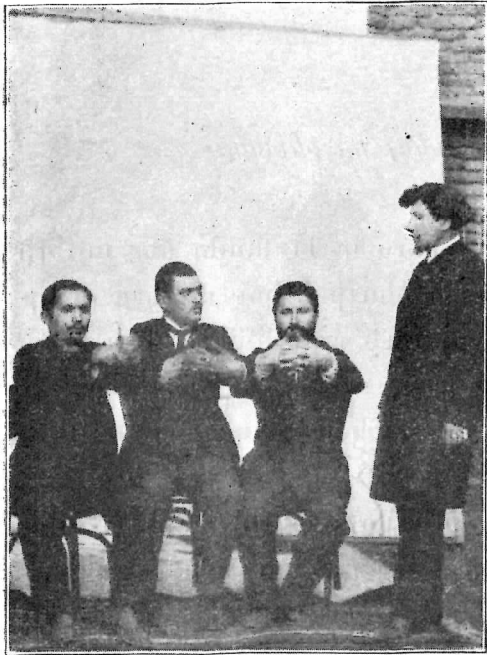
ասեղները դուրս փաշելիս, հրամայեցէ՛ք ենթակային նայել ձեր աչքերի մէջ եւ ասէ՛ք, «Երբոր երեք կը համբեմ, պիտի հանեմ ասեղները քո երեսներից եւ դու ցաւ չես գգայու»։ Համբեցէ՛ք, «մէկ, երկու, երեք», երեք ասելիս հանեցէ՛ք ասեղները, եւ ծակուած տեղերը ձեր մասերի ծայրերով փոփր շփեցէ՛ք։



ՓՈՐՉ 8.—Ենթական անկարող է փակել իր ընդանը։

Հրամայեցէ՛ք ենթակային բանալ իր բերանը եւ նայել ձեր աչքերի մէջ։ Միեւնոյն ժամանակ դրէ՛ք ձեր ձախ ձեռքի երկու մասերը (բոյք մասը եւ ցուցամասը) նրա վերին եւ ներքին շրթունքների վրա եւ նայելով նրա աչքերի մէջ մտադրուած գորտուր ձայնով ներհնչեցէ՛ք հետեւեալը, «Երբոր կը համբեմ երեք, դու անկարող պիտի գգաս փակել քո բերանը», ապա համբեցէ՛ք, «մէկ, երկու, երեք»։ Երեք ասելիս հեռացրէ՛ք ձեր ձեռքը նրա շրթունքներից եւ ներհնչեցէ՛ք, «չես կարող, չես կարող փակել քո բերանը»։ Երբ նա կը ջանայ փակել, եւ անկարող կը լինի, ձեր ձեռքերը ծափահարելով ասացէ՛ք, որ կարող է այժմ եւ այսպէս ազդեցութիւնը հեռացրէ՛ք։

Անկարող է փակել իր ընդանը
Նկար թիւ 3



ՓՈՐՁ. 9 - Չուրքերը միմեանց կպցնել. —

Մի կամ մի քանի ենթակաաների նսսած կամ կանգնած դիրքում, հրամայեցէք իրենց ձեռքերի մասները միմեանց մէջ անցկացնել եւ իրենց բոլոր ուժովը սեղմել միմեանց: Միեւնոյն ժամանակ հրամայեցէք նրանց նայել ձեր աչքերի մէջ. մի երկու վայրկեան մտադրուած նայելուց յետոյ ներենչեցէք «հէնց որ իմ ձեռքերը կը դիպչեն ձեր ձեռքերին, ձեր ձեռքերը պիտի պինդ կպչեն միմեանց եւ դուք չի պիտի կարողանաք նրանց բաժանել»: Հէնց որ կը վերջացնէք այդ ներենչումը իւրաքանչիւր ենթակայի աչքի մէջ նայելով եւ ձեր մի ձեռքը դնելով նրա ձեռքի վրա ասացէք ուժեղ տոնով «կՊՍԿ Է՛ն»: Եւ արդարեւ նրանք կը ջանան իրենց բոլոր ոյժով բաժանել միմեանցից իրենց ձեռքերը եւ անկարող կը զտնեն:

Չեն կարող բաժանել իրանց ձեռքերը
միմեանցից
Նկար թիւ 4.

ՓՈՐՉ 10.—Յետկոյս փորձ.



Հիպոստիասի ներշնչմամբ ենթական
ընկնում է դէպի յիս:

Նկար թիւ 5.

Հրաիրեցէ մի զգայուն ենթակայի կանգնել ոսի վրա ուղիղ եւ ոսները միացրած ասացէ նրան, որ թոյլ պահէ իր ամբողջ մարմինը եւ հէնց որ կը զգայ, որ մի գորութիւն իրեն փառում է, թող չի դիմադրէ, թէ դուք չէք թոյլ տալու, որ նա ընկնէ ցած, այլ պիտի պահէք ձեր ձեռքերով. ասացէ, որ չի վախենայ եւ իրեն թոյլ պահէ: Ապա փակեցէ նրա աչքերը, իսկ դուք կանգնելով նրա յետի կողմը ձեր ձախ ձեռք նրա նակասի վրա դնելով զգուսութեամբ ծռեցէ նրա գլուխը դէպի յետ, եւ յետեցէ ձեր աջ ձեռքի վրա, որը միեւնոյն ժամանակ դուրս աչքի լինի նրա ծոծրակի սկզբնաւորութեան վրա. եւ մի րոպէ այդ դիրքում պահելուց յետոյ, ներեցեցէ, «Երբոր իմ ձեռքը յետ կը փառեմ քո գլխից, դու պիտի ընկնես դէպի յետ»: Կեկնեցէ այս ներեցումը եւ ապա աննկատելի կերպով, աստիճանաբար հեռացրէ ձեր ձեռքերը նրա գլխից, ներեցելով, «Թէ անա դու ընկնում ես. մի գորաւոր ոյժ քեզ փառում է դէպի յետ. մի վախենար, թոյլ պահիր քեզ, ընկնելիս ես քեզ պահելու եմ. անա ընկնում ես, ընկնում ես այլև»: Պէ՛տ է ուսադրութիւն դառննէք, որ ընկնելիս գրկէք նրան եւ պահէք:

Հ Ի Պ Ն Օ Տ Ի Չ Մ

Հիպնոսիզով կամ Մեմորիում, եւ միեւնոյն դրութեան համար տրուած միւս քերտերը, զոս
Հոգեբանական դրութիւն է եւ այս թեօրիան ընդունուած է իւրաքանչիւր գիտնականի կողմից, որը
ուսումնասիրած է անցեալ ժամանակների Օկկուլտիզմը (*Պագան գիտութիւնները*):

Հիպնոսիզմը մի դրութիւն է, որի ընթացքում ենթակայի Ներշնչումներ ընդունելու եւ նրանց
գործադրելու կարողութիւնն աճում է անսահմանօրէն:

Միջանկեալ. — Հիպնոսական վիճակում գտնուող անձնատրութիւնը կոչւում է *նշխակայ*:

Հիպնոսիստ է կոչւում այն մարդը, որը հիպնոսացնում է գիտական նպատակների համար, կամ
հիպնոսիստը արած է իր համար մի փրօճէսիստ:

«Տարբեր-տարբեր հրամաններ, որոնք տրուում են ենթակայներին, կոչւում է Ներշնչումն (*Suggestion*)»:

Հիպնոսական դրութիւնը առաջ է բերում մէկ անձնատրութեան մէջ, հիպնոսիստի կողմից
տրուած, քնաբեր ներշնչումներով, պատճառով եւ փայլուն առարկայով: Հիպնոսիստը նախ ստանում է
ենթակայի համաձայնութիւնը եւ ապա կատարում է նրա վրա նախորդ դասի մէջ յիշուած ճիգիական
փորձերից մի քանիսն եւ ապա առաջնորդում նրան բնելու: Քննեցնելու ամենալաւ մեթոդները դուր
պիտի գտնուէ այս Կուրսում իր հերթին: Ինչպէս արդէն գիտէք, որ ենթակայի բնույ միտքը, նրա
Գիտակցական կամ Առարկայական միտքն է, ենթագիտակցական Միտքը միտք արթուն է եւ երբէք չի
բնել: Հէնց որ ենթական բնեց, նշանակում է նա հիպնոսեց, այսինքն նրա Առարկայական Միտքը
դադարեց գործելուց, այլևս նա տամարանել, պատճառաբանել, առարկել չի կարող եւ ինչ որ
հիպնոսիստը կը ներշնչէ, նրան կը սպառուեն նրա ենթագիտակցական մտքի մէջ եւ նա պատճառ է
կատարելու հիպնոսիստի բոլոր հրամանները, որքան էլ նրանք անհեթեթ թուան: Օրինակ, եթէ
հիպնոսուած ենթակայի թի առաջ բացենք մի ստուակ անուշադրի ոգի եւ ասենք նրան, թէ դա
վարդի ջուր է, նա կը հոտոտա եւ բնաւ չազդուի անուշադրի ոգիից եւ կզգայ վարդի երեսակայական
անուշ հոտը: Եթէ ենթական հիւանդ է կամ տանջուած է ցաւերից, հիպնոսական վիճակում հիպնոսիստը

կամ հոգեբոյժը նրա ենթագիտակցական մեքում իր դրական ներեզումներով սպասարում է առողջութեան գաղափարը եւ հետեւանին այն է լինում, որ հիւանդն արթնանալուց յետոյ իրեն զգում է աւելի կազդուրւած եւ առողջ: Եթէ հիւանդութիւնը խօսնիկական է, հոգեբոյժը շարունակում է նոյն դարմանումը օրեկան մի անգամ, մինչեւ որ հիւանդը բոլորովին կառողջանայ:

Այս բոլորից յետոյ գուցէ զարմանաք, որ ես ձեզ ասեմ, թէ ենթական կը պիմապէ, նոյն իսկ իր խոր հիպնոսական վնում, այն բոլոր ներեզումներին, որ հակառակ են նրա բարոյական հասկացողութեան, այն բարոյական հասկացողութիւնները, որ նրա գիտակցական մեքի կողմից սպասարուած են անցեալում, նրա ենթագիտակցական մեքում եւ որոնք ուժեղ կերպով մնում են եւ հիպնոսում վիճակում: Եւ այս պարագան ցոյց է տալիս, որ ենթական իր կամքը չի կորցնում, մինչեւ իսկ իր հիպնոսում վիճակում:

Հիպնոսական դրութիւն աւելի շուտ վնողն ինքն է առաջ բերում, քան թէ վնացնողը. ենթական երեւակալում է, որ ինքը հիպնոսեալու է եւ հիպնոսում է: Ենթակայի կողմից որեւէ դիմադրութիւն, լինի այն գիտակցաբար կամ անգիտակցաբար, արգելք կը դառնայ նրա բուն մեքնդուն, ուստի պիտի չստնայ նրա միտքը խաղաղ դրութեան մէջ դնել:

Երբեմն ենթակայի աչքերը փակուած են յանկարծ, նախ քան նրան մի բան տեսը, եւ նա նման է մի անկեանն զանգուածի: Քունը գալիս է ենթակային վրա երբեմն աստիճանաբար.—աչքերի կոպերը ծանրանում են, տեսողութիւնը դառնում է աղօտ, աչքերը ջրոտում են, նրանք բացում եւ փակում են փոփոխակի եւ վերջապէս փակում: Երբեմն էլ ենթակայի աչքերը, երբ որ փակուած է, կոպերը մնում են անշարժ: Ուրիշների մէջ կոպերը շարժում են այնքան ժամանակ, մինչեւ որ կը վերջանայ հիպնոսական դրութիւնը: Թեքեւ բունի մէջ, աչքի գնդակները պահում են իրենց բնական դիրքը: Երբոր նուկը խոր է, նրանք յաճախ գորում են դէպի վեր, աչքերի բիբերը թագնում են վերին կոպերի ներքոյ:

Երբեմն ներվային ենթականեր ունենում են մկանային յանկարծակի կծկումներ արունքների եւ թագուկների մէջ եւ երեսում է նեարդային ամփոփում դէմքի վրա, երբոր նա վնած է: Եւ ենթականերից շատ, դառնում են անշարժ, կամ դառնում են անշարժ ներեզումից յետոյ: Ենթականերից ոմանք ծուում են դէպի յետ, սարածում են իրենք իրենց, օրինակի համար, շփում են

Իրենց ձեռները միմեանց եւ փոխում են իրենց դիրքը. ուրիշ ենթակայաներ հիշես հակառակը, մնում են կասարեղապէս հանդարտ:

Այս գիտութիւնը հետազօտելիս մի մեծ սխալ տեսողի ունեցաւ. ընդհանրած մի ժողովրդական կարծիք էր տիրում, թէ միայն սկար մտքի կամ ներվային անձնատրուութիւններն էին, որ դրում էին հիպնոսական դրութեան մէջ, այն ինչ հիշես դորա հակառակն է, կամքի ոյժի եւ զօրաւոր կենդրոնացման տէր անձնատրութիւնն է, որ ամենազգայուն հիպնոսական ենթական է, որովհետեւ ոչ ոք չի հիպնոսնուիլ իր կամքի հակառակ: Պէտք է ենթակայի կողմից մի փափաք լինի հիպնոսելու, նախ քան հիպնոս առաջ բերելը: Հիպնոսիսմը ուրեմն մեծաւ մասամբ ինքն իրենից առաջ բերած մի դրութիւն է:

Դ Ա Ս 9.

ՀԻՊՆՕՍՍՅՆԵԼՈՒ ՄԵԹՕԴՆԵՐ

Մեամ'երեան մ'եթօղներ.—Մեամ'երը մի մեթօդի վրա չէր յենուիլ, նա զործադրում էր բազմաթիւ տարբեր-տարբեր հմտութիւններ, որոնց շնորհիւ նա ազգում էր իր ենթակայներին եւ հիւանդներին: Նրա բուն էական սկզբունքն այն էր, որ հիւանդը անմիջապէս հպման մէջ պիտի լինէր իր, մագնետիզօրի հետ, որպէս զի «Մագնիսական հոտումը» կարելի լինէր փոխանցել հիւանդի մարմնին: Մեամ'երն իր հիւանդի հետ իր յարաբերութիւնն հաստատում էր իր երկու ձեռները նրա ուսերի վրա դնելով եւ իր աչքերի ազդեցութիւնը զործադրելով եւ պակասը լրացնում էր մանիպուլացիաներով (սփումներով):

ԱՅՅԱ. ՖԱՐԻՍԻ ՄԵԹՕԴԸ.—Աբբա Ֆարիս հրամայում էր ենթակային նստել մի թիկնաթօռի վրա եւ փակել իր աչքերը: Մի քանի րոպէի հանգստութիւնից յետոյ, ներշնչում էր բարձր ձայնով.—«*Քնի՛ր*»: Քուն առաջ բերող պատճառը, նա ասում էր, գտնում է այն անձնատրութեան մէջ, որին պիտի բնեցնել: Ֆարիսան կոպիտ արտաքին եւ կոպիտ ձայն ունէր: Նրա «Քնի՛ր»-ը շատ զօրաւոր էր, նա իր կամքի ոյժով կենդրոնանում էր նախ քան իր «Քնի՛ր» ներշնչումն արտասանելը:

Դօգոր Բրէյնի (Dr. James Braid) *մ'եթօղը.*—Դր. Բրէյն մի փայլուն առարկայ էր պատնում

Ենթակայի աչքերի հաւասարութիւնից մի քիչ բարձր դիւրում: Ապա հրամայում էր նրան ուշադրութեամբ յառել իր աչքերը այդ առարկայի վրա եւ կենդրոնացնել իր ուշադրութիւնը ուղղակի նրա վրա, մինչեւ որ աչքերը կը յոգնեն: Դր. Բրէդը ենթադրում էր, որ հիպոստը արդիւնէ է աչքերի յոգնածութեան: Ի հարկէ, երկար նայելով մի պայծառ առարկայի, աչքերը կը յոգնեն եւ ենթական կը քնէ: Եւ այս ճիգիօրօգիական բացատրութեամբ նա հերքեց Մեսմերի «մագնիսական հեղումի» թէօրիան:

Փայլուն առարկայով հիպոստացնելու մեթօդը Դր. Բրէդի գիւտն է:



Դօզսօր Հ. Բերնհէյմի մ'նթօղը.—Մենք բարգմանում ենք այստեղ Դր. Բերնհէյմի մեթօդը իր բառերով.

«Ես սկսում եմ ասել հիւանդին, թէ ես հաւատում եմ այն օգտակարութեան, որ առաջ պիտի գայ Ներենչական Դարմանումի կիրառութեամբ, թէ հնարաւոր է բժկել կամ կազդուրել նրան հիպոստիզմով, թէ նրանում վնասակար ոչինչ չը կայ, ոչ էլ մի սարօրինակութիւն, դա մի *սովորական քուն է* կամ քմբածութիւն է, որը կարելի է առաջ բերել իւրաքանչիւր մարդու մէջ, եւ թէ այն հանդարտ, նպաստաւոր դրութիւնը վերաառողջացնում է ներվային սխտէմի հաւասարակեռութիւնը եւ այլն: Եթէ անհրաժեշտ է, ես հիպոստացնում եմ մէկ կամ երկու ենթականեր նրա ներկայութեանը, որպէսզի ցոյց տան նրան, որ ոչ մի նեղութիւն չի կայ այս դրութիւնում եւ թէ նա որեւիցէ անսովոր զգացողութեան հետ կապ չունի:

Երբոր ես հեռացնում եմ նրա մտքից մագնէտիզմի գաղափարը, եւ այսպէս կամ այնպէս այն խորհրատուր վախը, որ կապուած է այս անծանօթ դրութեան հետ, այս բոլորից յետոյ երբ նա տեսնում է հիւանդներ բժեկուած կամ օգտուած այս սխտէմով, նա այլ եւս կասկածանք չունի, եւ անձնատուր է լինում. ապա ես ասում եմ. «Նայիր ինձ եւ մի մտածիր ոչ սի բանի մասին, այլ քնիր» Բո

*Հիպոստացումն բառայի ներշնչումով
Նկար թիւ 6.*

աչֆերի կոպերը սկսում են ծանր զգալ, քո աչֆերը յոգնած են: Նրանք սկսում են քարթել, նրանք քացոսում են, դու չես կարող յոսակ տեսնել: Նո՛ւա՛ փակումած են»: Հիւանդներից ոմանք կը փակեն իրենց աչֆերը եւ արդէն իսկոյն կնած են: Ուրիշներին, ես պէ՛տ է կրկնել, Տալով անկի ուժգնութիւն իմ ասածներին, միկչեւ անգամ հարսասանական շարժումներ էլ եմ անում, Տարբերութիւն չունէր, թէ ինչ տեսակ շարժումներ կը կատարուի: Ես բռնում եմ իմ աչ անոթի երկու մասերը հիւանդի աչֆերի առաջ եւ ուզում եմ որ նա նայի նրանց, կամ երկու անոթերս շարժում եմ նրա աչֆերի առաջ մի քանի անգամ, կամ համոզում եմ նրան յանել իր աչֆերը իմ աչֆերի մէջ ջանալով, միեւնոյն ժամանակ, կենդրոնացնել իր ուշադրութիւնը բուն զաղափարի վրա: Ես ասում եմ, «Քո կոպերը փակում են, դու չես կարող բացել նրանց: Քո բազուկները ծանր են զգում իրենց, այդպէս էլ են քո առնկները: Դու չես կարող զգալ որեւէ բան: Քո անոթերը անշարժ են: Դու ոչինչ չես տեսնում, դու կնելու ես»: Եւ ես անկայցնում եմ մի տեսակ հեամայական տոնով. «Քնիր»: Այս բառը յանախ հաւատարակեռութիւնը կը դարցնէ: Աչֆերը կը փակուեն, եւ հիւանդը կնում է կամ գոնէ ազգումած է:

Ես գործածում եմ կնիր բառը, որպէս զի անոթ բերել որքան որ հնար է մի ներհնելի ազդեցութիւն հիւանդի վրա, որը պիտի բերէ բուն կամ մի դրութիւն որ մտիկացնէ բունը, որովհետեւ բուն իսկական մտով ասած, միտ առաջ չի գար: Եթէ հիւանդները հակում չունեն կնելու, եւ ցոյց չեն տալիս կնասութիւն, ես ասում եմ նրանց, թէ բունը կարելու է, թէ հիպնոսական ազդեցութիւնը որտեղից գալիս է տգուտը, գոյութիւն ունի առանց բունի՝ թէ շատ հիւանդներ հիպնոսում են, թէ եւ նրանք չեն կնած:

Եթէ հիւանդը չի փակել իր աչֆերը կամ փակած կը պահէ նրանց, ես չեմ պահանջէր, որ նա իր աչֆերը յանէ իմ աչֆերի մէջ, կամ իմ մասերի վրա որեւէ երկար ժամանակով, որովհետեւ երբեմն պատահում է, որ նրանք մնում են բոլորովին բաց, անորոշ կերպով եւ փոխանակ բունի զաղափարը նրա մտում սպառնում էր, միայն աչֆերի կարծի սեւեռումն է լինում հետեւանք: Այսպիսի դէպքում տպերատորի կողմից նրա աչֆերը փակելը անկի յաջող արդիւնք կը տայ: Նրա աչֆերը սեւեռած մէկ կամ երկու ռոպէ պահելուց յետոյ, ես փառում եմ նրա աչֆերի կոպերը ցած, կամ փառում եմ նրան կամաց կամաց աչֆերի վրա, ստիճանաբար փակելով նրանց անկի ու անկի եւ այսպէս նմանեցնելով բնական բունի պրօցեսսին: Վերջնականապէս ես պահում եմ փակած նրանց, կրկնելով հետեւեալ

նեւեցումը, «եռ կոպերը կպած են միմեանց, դու չես կարող բանալ եռ այգիները: Քնելու պահանջը հետզհետէ անում է եռ մէջ, երկար դիմադրել չես կարող»: Ես ցածրացնում եմ իմ ձայնը աստիճանաբար կրկնելով հրամանը «Քնիր», եւ հագլու երեք ռոպէ է անցնում բուն կամ որեւէ հիպնոսական աստիճան ստացում է: Սա բուն է, որ ստացուեց նեւեցումով—բունի մի տիպ, որը ես մտքի նրա ուղեղի մէջ:

Օպերատորի պատերը, կամ այգիի սեւեռերը եւ մասնաբաժին նայելը, օգտակար են միմիայն ուժադրութիւնը կենդանացնելու համար: Նրանք բացարձակապէս էական չեն:

Հէնց որ նրանք կը կարողանան ուժադրութիւն դառննել եւ հասկանալ.—երեխաները սովորաբար շատ արագութեամբ եւ շատ հեշտութեամբ կրկնապատկան: Երբեմն բառական է փակել նրանց այգիները եւ պահել նրանց փակած մի բանի վայրկեաններ, ասել նրանց բնի, եւ ապա ասել նրանց, թէ նրանք բնած են:

Չափահասներից ոմանք կը բնեն պատրաստէն հէնց որ փակեցիք նրանց այգիները: Ես յաճախ առաջ եմ բերում հիպնոսական դրութիւն անմիջական կերպով, առանց գործածելու պատեր կամ այգիի սեւեռում, փակելով այգիի կոպերը, մեղմօրէն բռնելով նրանց, խնդրում եմ հիւանդից փակած պահել եւ միեւնոյն ժամանակ նեւեցում եմ բունի երեւոյթը: Նրանցից ոմանք արագութեամբ ընկնում են աւելի կամ պակաս խոր բունի մէջ:

Ոմանք աւելի դիմադրութիւն են փորձում: Երբեմն ես յաջողում եմ փակած պահելով նրանց այգիները մի առ ժամանակ, հրամայելով լուրջիւն եւ հանդարտութիւն, խօսելով շարունակական կերպով, եւ կրկնելով միեւնոյն բանաձեր. «Գուր գգում էք մի տեսակ անհետութիւն, մի թմրութիւն, ձեր բազուկները եւ սրունքները անշարժ են: Քո այգիները սաք են: Քո ներկայիս սիստէմը հանդարտ է, դուր կամք չունէք: Քո այգիները պիտի մնայ փակուած: Քունը գալիս է եւ այլն»: Այս բերանացի նեւեցումները մի բանի ռոպէ շարունակելուց յետոյ, ես հեռացնում եմ իմ մասերը նրա կոպերից: Այգիները մնում են փակուած, եւ բարձրացնում եմ հիւանդի թեւերը, նրանք մնում են վերեւ բարձրացած: Մենք առաջ ենք բերել կատարելապիսական (կարծրացման) բուն:

Կան էլ ոմանք, որ ըմբոս են, մտազբաղուած, անկարող են անձնասուր լինել. նրանք վերլուծում են իրենց սեպիական գգացողութիւնները. անհանգիստ են, եւ ասում են, որ չեն կարող բնի, եւ

հրամայում եմ նրանց հանդարտ լինել: Ես խօսում եմ միմիայն ֆնասուրեան, ֆունի մասին: «Այդ բառական է»: Ես առում եմ, «արդիւնք ստանալու համար»: Ներենչումը միայն արդէն նպաստւոր է մինչեւ իսկ առանց ֆնելու: «Պահիր ֆեզ բոլորովին հանդարտ եւ մի յուզիր»: Երբու մի հիւանդի միտք այսպիսի դրութեան մէջ է, ես չեմ փորձում առաջ բերել կասալեպսիական ձեւի արդիւնք, որովհետեւ նրանք լինելով միայն ֆնաս, միշտ արթուն են, միշտ կարող են վերստանալու կասարեալ գիտակցութիւն, նա հեշտութեամբ կարթնանայ այս դրութիւնից: Երբեմն, ուրեմն, գոհացած մի կասկածելի ֆունի վիճակից եւ առանց ցանկանալու ապացուցանել, թէ հիւանդը իրապէս ազդուած է, ես թողնում եմ նրան մենակ, ասելով նրան մնալ մի առ ժամանակ այդ դիրքում: Ունանք մնում են այս ազդեցութեան ներքոյ երկար ժամանակով, առանց կարողանալու անել, թէ արդեօք նրանք մնացին այդ դիրքում կամաւորապէս թէ անկամաւորապէս: Սովորաբար երկրորդ կամ երրորդ սէանսի ընթացքում ես յաջողում եմ այս ներենչական կրթութեամբ, որը հիւանդը ունենում է, առաջ բերելու ասելի խոր աստիճանի հիպնոսական ազդեցութիւն, որը անսարակոյս ընկերացած է լինում ներենչական կասալեպսիով կամ մինչեւ իսկ սովնամբոյլիզմով:

Մինչդեռ հիւանդներին ունանց հետ յաջողութիւնը ասելի պնասուսօրէն կը ստացւի հանդարտօրէն գործելով, սակայն եւ ունանց հետ հանդարտ ներենչումը ազդեցութիւն չի անում: Այդ տեսակ ենթակաների հետ ասելի լաւ է լինել յանկարծական, արգելել, մի հեղինակաւոր ձայնով, ծիծաղելու միտումը, կամ թոյլ եւ ոչ կամաւոր դիմադրութիւնը, այսպիսի հնարքներ բանեցնելը կարող է գրգռել:

Շատ մարդիկ, ինչպէս վերեւ ասացիմք, ազդում են առաջին սէանսին, ուրիշներ չեն ազդում մինչեւ երկրորդ կամ երրորդ սէանսը: Մի կամ երկու անգամ հիպնոսուելուց յետոյ, նրանք արագութեամբ կազդուեն: Յանախ բառական է նայել այսպիսի հիւանդին, սարածած մասերը նրա աչքերի առաջ եւ ասել, «Քնիր», եւ մի կամ երկու երկվայրկեանից, երբեմն էլ իսկոյն, աչքերը կը փակուին եւ բոլոր ֆունի երեսոյթը ներկայ է: Միայն մի ֆանի սէանսներից յետոյ, սովորաբար մի ֆանի ճիւղերից, հիւանդը կը ստանայ յարմարութիւն, արագութեամբ ֆուն մտնելու համար:

Դիպուածաբար կը պատահի, որ ես ազդում եմ եօթ կամ ու ութ անձնաւորութիւնների յաջորդաբար եւ գրեթէ վայրկեանական: Մինչդեռ կան ուրիշներ, որոնք յամառ են կամ ասելի դժուար

ազդուելու համար: Ես միայն կը փորձեմ մի փանի ռոպէ: Մի երկրորդ եւ երրորդ սէանսում յանախ
առաջ եմ բերում հիպնոսական դրոսփին, որը չի ստացուեց առաջին անգամ:

Դ Ա Ս 10.

ԳՐ. ԼԻԷԲՕԼՏԻ ՀԻՊՆՕՍՍԿԱՆ ՄԷԹՕԴԻՐ.

Մի հիւանդ, որ առաջին անգամ կայցելէ Գր. Լիեբօլտի կլինիկան, նրան կառաջարկեն նստել եւ
յիսել ուրիշ հիւանդների վրա կանսարուող դարմանումները: Այս սալիս է հիւանդին վստահութիւն եւ
արթնցնում նրա մէջ նմանեցնելու կարողութիւնը: Երբու հերթը հասնում է հիւանդին, նրան ասում են,
որ նոսի մի բազկաթուռի մէջ եւ հնարաւոր չափով թափուր պահել իր միտքը, դադարէ մտածելոց եւ
յառէ իր աչքերը եւ ուշադրութիւնը մի մասնաւոր առարկայի վրա,—մի որեւէ բան կարելի է, օրինակ
օպերատորի դէմքին կամ մի կէտի, առաստաղի վրա կամ մի կարպետի մի ծաղկանկարի վրա, ապա
նկրեցնում է նրան գալիք փունի երեւոյթը աստիճանաբար: «Քո աչքերը մթնում են, մի թմրութիւն է
ստղոսկում ֆո ոտքերի եւ ձեռքերի վրա, իմ ձայնը քեզ համար անորոշ է թուում, դու ֆնած ես, դու չես
կարող ֆո աչքերը բաց թողնել: Ահա ֆո աչքերը փակուում են իրենք իրենց»: Հակառակ դէպքում
փակուում են նրա աչքերը օպերատորի կողմից եւ սովորաբար հիւանդը զսնում է ֆնած:

Այս փունի խօսակցութիւնը երկու ռոպէից պիտի առաջ բերէ հիպնոսական ազդեցութիւններ
սովորաբար մի նոր հիւանդի վրա: Եւ յաջորդական այցելութիւններն միևնչեւ անգամ աւելի պակաս
ժամանակ կը պահանջուի:

Երբու հիւանդը ազդուած է աւելի կամ պակաս, Գր. Լիեբօլտն սկսում է սալ իր նկրեցումները,
նրա իրելով հիւանդի ուշադրութիւնը մտմնի հիւանդոտ մասի վրա, ասելով թէ ցաւերը պիտի
անհետանան, հիւանդը պիտի առողջանայ եւայլն:

Խորհուրդ եմ տալիս մի նոր անձնատուրութիւն հիպոստացնել փորձելուց առաջ, նրան ենթարկել Վիզիթական փորձերի, որովհետեւ Վիզիթական փորձերը նրան զգայուն կը դառննեն եւ կը պատրաստեն նրա միտքը հիպոստի համար: Դուք կարող էք յաջող կերպով առաջ բերել հետեւեալ փիզիքական փորձը. —

Կարծրացումն սրունգի.—Կանգնեցրէ՛ք ձեր ենթակային ոտի վրա եւ ասացէ՛ք նրան իր մարմնի ծանրութիւնը կենդրոնացնել իր այդ ոտի վրա կամ ձախ ոտի, որը որ դուք կը կամեմաք: Ապա ձեր այդ ծունցը դնելով յաստիկն, բռնեցէ՛ք նրա մի ձեռքը եւ հրամայէ՛ք նրան նայել ձեր աչքերի մէջ, ձեր ազատ ձեռքով մի քանի արագ պատտեր կատարեցէ՛ք նրա այդ սրունգի վրա, վերից ներքեւ, մինչդեռ դուք կը կատարէ՛ք այդ պատտերը, դուք պէ՛տ է ասէ՛ք մի հաստատուն եւ լուրջ ձայնով նայելով ուղիղ նրա աչքերի մէջ: «Դու այժմ պիտի զգաս, որ ետեւում արունգը եւ ոտը կարծրանում է, կարծրանում, ետեւում արունգը կարծրանում է, ետեւում արունգը պիտի կարծրանայ եւ դու պիտի քաշուս կարծրացած արունգով: Դու չես կարող ծախել ետեւում արունգը»:

Երբոր դուք վերջացրիք այս վերջին ներեցումը, պէ՛տ է դուք վեր կենաք պահելով ձեր աչքը յառած ձեր ենթակայի աչքերի մէջ: Եւ ստիպէ՛ք նրան ման գալ. երբոր նա կը սկսի ման գալ, կարծրացած արունգով, մի քանի քայլ, հետագրէ՛ք ազդեցութիւնը սովորական ձեռով, զարնելով ձեր ձեռքերը միմեանց եւ ասելով, «Լաւ, լաւ, կարող ես ծռել ծունցը»:

Նոյն ձեռով կարող էք եւ կարծրացնել ենթակայի թեր: Մտաւցնել տալ նրա անունը, ձեռքերը միմեանց կպցնելը եւ այլ Վիզիթական փորձեր:

Այս Վիզիթական փորձերը կը դառննեն ենթակային աւելի զգայուն եւ պատրաստ փունի ներեցումը ընդունելու:

ՀԻՊՆՕՍՍԱՑՆԵԼՈՒ ՄԵԹՕԴ 1



Հիպնոսոսցումն փայլուն առարկայով
Նկար թիւ 7.

հակասին եւ փուններին: Մինչդեռ ձեր բրամասերով խփում էք հակասին, գործածեցէք նետեւեայ ներեցումը. «Քնիր, քնիր, քնիր, դու քնած ես, քնած, քնիր, քնիր խոր»: Շարունակեցէք սալ այս ներեցումները մի քանի րոպէ, հանդարտ, մեղմ եւ դրական տոն ունեցող ձայնով:

Տեղաւորեցէք ձեր ենթակային մի հանգիստ դրութեան մէջ, եւ բռնելով ձեր մասերով մի առարկայ, օրինակ մի փայլուն կոճակ, մի փայլուն դրամ կամ օրեւէ մի առարկայ նրա աչքերից վեց կամ ութ բրամաս հեռու, պահանջելով ենթակայից, որ նայի այդ առարկային անթարթ աչքերով եւ մտածէ քնելու մասին: Ձեր ենթակայի աչքի առաջ բռնած առարկայն պստացրէք բոլորաձեւ կերպով մի քանի րոպէ, համաձայն ձեր դասողութեան, կամ մինչեւ որ ենթական կը փակէ իր աչքերը: Ապա դուք կարող էք նրան ասել մի հաստատուն ձայնով. — «Դու քնած ես»: «Քո աչքերը յղկում են»: «Նո՞ւա ծանրանում են»: «Նո՞ւա փակում են»: «Դու քնում ունես, դու պիտի քնես»: «Պիտի խոր քնես»: Կրկնեցէք այս քնաբեր ներեցումները, այնքան անկամներ, որ դուք անհրաժեշտ կը գտնէք:

Եթէ ձեր ենթական քնում չի մտաւ, առաջէք նրան փակել իր աչքերը եւ մտնել խոր քնում. «Փակիր քո աչքերը եւ խոր քնիր»: Յետոյ տեղաւորեցէք ձեր մասերը նրա գլխի իւրաքանչիւր կողմերը եւ ձեր բրամասերը նրա հակասին, աչքերի վերեւ, այնպէս որ ձեր բրամասերը դրած լինեն միմեանց մօտ, եւ մեղմօրէն խփեցէք հակասը եւ փունները մի քանի վայրկեան, թողէք միւս մասերը մնան կատարելապէս հանդարտ, երբուր խփում էք ձեր բրամասերը

ՄԷԹՕԹ 2.—Կանգնելով ենթակայի աջ կողմը ձեռնախոնարհի դեմ ենթակայի քրիստոնեական վրա, եւ նոյն ձեռնախոնարհը նրա գլխի վրայ: Եւ ապա տուէք հետեւեալ հեռեցումը, մի լուրջ եւ հաստատուն ձայնով «Քո աչքերը փակուած են այնպէս պիւնդ, որ դու չես կարող բանալ նրանց, դու պիտի մտնես խոր ֆունի մէջ. դու կասարելապէս հանգիստ ես, դու պիտի ֆուն մտնես, խոր ֆուն, խոր ֆուն: Դու ֆուն ունես, արդէն դու ֆունու ես, ֆնիր, ֆնիր» եւ այլն: Կրկնեցէք այս հեռեցումները այնքան անգամ, որ անհրաժեշտ կը համարէք: Եթէ այդ ժամանակուայ ընթացքում ձեռնախոնարհը չի ֆնեց, դադարեցէք նիստը միւս կողմը միւս օր, երբ նոյն մարգանքները կարելի է կասարել նորից:

Դ Ա Ս 13.

ՄԷԹՕԹ 3.—Նախ ֆան մի անձնաւորութեան կարելի լինի հիպնոսացնելը, պէտք է կասարելապէս համաձայնութիւն լինի ենթակայի եւ հիպնոսիստի միջեւ: Եւ ենթակայն կամ հիպնոսը պէտք է համաձայնի հիպնոսուել, այլապէս անկարելի կը լինի: Երկու մտերը պէտք է համապատասխանեն միեւնոյն թրթումներին, երկուսի մտերումն էլ ներդաշնակութիւնը պէտք է կասարելապէս լինի: Հիպնոսացնողի միտքը լինելով դրական եւ հիւանդի կամ ենթակայի միտքը լինելով կրաւորական կամ ընդունող դրութեան մէջ: Երբոր այս դրութիւնը գոյութիւն կունենայ, ենթակայն հիպնոսուելու դրութիւնումն է: Հիպնոսիստը պէտք է կառավարէ իր միտքը եւ, այսպէս ասած, իշխէ, ենթակայի մտքի վրա, որը պէտք է լինի ընդունող: Հիպնոսիստը պէտք է լինի ինքնավստահ, եւ մտադրուած յաջողուելու, այն բոլոր բաներում որ նա ձեռնարկել է անելու. նա պէտք է դրական լինի ներշնչելիս եւ պէտք է գորութիւն, ոյժ ունենայ կենդրոնացնելու իր միտքը որեւէ խտրութեան վրա որքան երկար ժամանակ որ նա կը փափագի:

Մի անձնաւորութեան հիպնոսացնելիս դուք պէտք է հրահանգէք նրան կենտրոնացնել իր միտքը այն

ուղութեան վրա, թէ ինքը չը պէտք է դառննէ որեւէ ուշադրութիւն որեւէ է օրջապատող առարկայի
իրա, այլ ուշադրութիւնը պիտի կենտրոնացնէ՝ ձեր բառերի վրա միայն:

Ենթակայի համաձայնութիւնն ստանալուց եւ նրան վստահացնելուց յետոյ, թէ որեւէ է վնասակար
բան չի պատահելու, այլ ընդհակառակը շատ նպաստաւոր պիտի լինի իր համար, կանգնեցրէք նրան
ոտքի վրա, ոտները միացրած միասին, ձեռքերը իր կողմերին կախ արած եւ աչքերը փակած, ծնօտը
քեքեւ կետպով վեր բարձրացրած: Տախացրէք ձեր ձեռքերը միմեանց շփելով, դէպ ձեր այ ձեռքը աչքերի
եւ նակասի վրա, իսկ ձեր միւս ձեռքը նրա ուղեղի ստորոտը (ծոճրակից քիչ վերեւ) եւ ասացէք
Ենթակային շնչել վեց կամ ութ խոր շունչ, իր քթերով, (բերանը փակած), եւ թուլացնել իր մարմինը
բոլորովին: Մտանից յետոյ, կանգնեցրէք ենթակայի յետեւի կողմը եւ տարածեցրէք ձեր բազուկները, ձեր
մատերը ուղղուած նրա ուղեղի ստորին մասի վրա: Ապա կենտրոնացրէք այն խորհուրդով, որ ձեր
Ենթական պիտի ընկնէ դէպի յետ. եւ միեւնոյն ժամանակ նրան ասել, թուլացնել իրեն, եւ եթէ
ինքը զգում է, որ ինքը ուզում է ընկնել յետոյս, ընկնել. եւ դուք պիտի նսկէք, որ նա չի վնասուի, կամ
քէ դուք նրան պիտի բռնէք: Եթէ ձեր մտքերը համաձայնեցին, ենթական պիտի ընկնէ յետոյս: Այն
աստեղ դուք նրան պիտի բռնէք եւ տեղադրէք նրան մի աթոռի կամ մի թախտի վրա, դուք կարող էք
նրան առաջնորդել աւելի տարբեր աստիճաններ եւ միջնորդել նա այս դրութիւնում է, տուէք այն
նիւթերը, թէ նա պիտի արթննայ որոշ ժամանակից, կամ երբ դուք ներհնչէք, նաեւ, թէ նա
նեւտութեամբ պիտի հիպնոսուի միւս անգամ:

Այս դրութիւնում, եթէ դուք կատէք նրան, թէ նրա աչքերը փակուած են, փակուած են, փակուած
են պիտի կետպով, այնքան պիտի, որ նա չի կարող բանալ նրանց, կրկնելով այս մի բանի անգամներ
եւ ապա ասել նրան, որ փորձէ բանալ եւ երբ նա անկարող է բանալ, դուք պիտի գտնէք, որ նրա
աչքերը փակուած են, ինչպէս որ նա հիպնոսական վիճակի մէջ լինէր: Ապա եթէ դուք ցանկանում էք դնել
նրան աւելի խոր փուլի մէջ, այդպէս էլ արէք ասելով նրան, թէ նա աւելի խոր է փուլում, աւելի խոր,
աւելի խոր փուլում, այժմ փուլում, խոր փուլում է: Միեւնոյն ժամանակ ասելով, որ նա խոր շնչառութիւն
ունենայ, եւ շարունակական կետպով կրկնելով, որ նա աւելի խոր փուլում պիտի ունենայ, նոյնպէս
ասացէք, որ նա պիտի մնայ այդ դրութիւնում մինչեւ որ դուք փափաքէք նրան արթնցնել: Եթէ դուք կը
փափաքէք, որ նա փնէ երկու ժամ, տուէք նրան այն նիւթերը, թէ նա պիտի փնէ երկու ժամ. կամ

պիտի արթննայ փութով այս ինչ ժամին, եւ որ նա պիտի յէս 'գայ աստիճանաբար մէկ աստիճանից միւսը: Օրինակի համար երրորդ աստիճանից դէպի երկրորդը, առաջինը եւ յետոյ պիտի արթննայ՝ եւ բէրէ՛ք ձեր ենթական յէս այն ձեւով, որ նրան աստիճանաբար դրի՛ք խոր քնի մէջ: Մի ջանա՛ք արթնցնել նրան յանկարծակի երրորդ աստիճանից, այլ բերէ՛ք յէս, աստիճանաբար, ինչպէս բացասեցի՛նք վերեւում, երկրորդ աստիճանը յետոյ առաջին աստիճանը եւ ապա ասացէ՛ք նրան թէ երբ դուք կը համրէ՛ք հինգ, նա բոլորովին պիտի արթննայ: Այն ժամանակ, որ դուք հինգ կատէ՛ք, ներենչեցէ՛ք նրան ասելով, «արթնացի՛ր, արթնացի՛ր, ամեն ինչ լաւ է, արթնացի՛ր»:

Միւս անգամ նրան հիպնոսացնելիս, բողբէ՛ք նրան որ պտակի մի թախտի վրա եւ թուլացնէ՛ իւ մարմինը եւ միտքը դադարէ գործելուց: Դրէ՛ք ձեր Տաճարած ձեռները, ինչպէս բացասեցի՛նք վերեւ եւ ասացէ՛ք նրան խոր շունչ փաշել, եւ թէ նա պիտի քնէ; պիտի խորը քնէ, ամեն բանի համար խուլ պիտի լինի, բացի ձեր ձայնից եւ մոռացկոտ պիտի դառնայ բոլոր բաների, բացի ձեզնից: Դուք կարող է՛ք պատուել անել գլխից սկսած ներքեւ դէպի ոտները, կանգնելով ենթակայի մի կողմը՝ ճանելով ձեր ձեռները մեղմօրէն նրա հագուստներէ՛ր վրայով, եւ միեւնոյն ժամանակ ասելով նրան, թէ նա մնում է խոր քունի մէջ, խոր քուն: Երբ որ ձեր ենթական խոր հիպնոսական դրութիւնումն է, այն դրութիւնում, որ նա չի կարող բանալ իւր աչքերը, այդ ցոյց է՛ սալիս, որ նա պատշաճ դրութիւնումն է ընդունելու Յետ—Հիպնոսական (Post-hypnotic) ներենչումներ*): Եւ ոգելից ըմպելիքներ եւ ծխելու սովորութիւն դարմանելիս, ներենչեցէ՛ք նրան թէ ծխախոտը նրան պիտի հիւանդացնէ, եթէ նա փորձէ՛ նորից գործածել այն, անկարելի պիտի լինի նրան գործածել այն նորից, եւ այդ նրան շատ հիւանդացնելու է: Իստիպա՛ն, դուք կարող է՛ք գործածել միեւնոյն ներենչումները, ոգելից ըմպելիքներ գործածողի վրա, եւ երբ նա հիպնոսուած է, դուք ուղղակի յարաբերութեան մէջ մտէ՛ք նրա ենթագիտակցական մտքի հետ, եւ այն ներենչումները, որ դուք սալիս է՛ք նրան, նա պիտի ստանայ եւ գործէ՛ նրա համեմատ եւ նա կը լաւանայ: Նրան ներենչումներ սալիս, դուք կամեցէ՛ք, որ նա գործադրէ՛ նրանց, դուք պէ՛տ է՛ ձեր ներենչումները Տաճարած մի սպառնիչ ձեւով, այնպէս որ նրա ենթագիտակցական միտքը գործէ՛ համաձայն ձեր ներենչման: Մի Տաճարած ուրիշ ներենչումներ, բացի ձեր հիւանդի առողջութեան համար նպաստաւոր ներենչումներից: Յիշեցէ՛ք, որ երբէ՛ք չի պիտի յուզուի՛ք եւ միտք դրական պիտի լինի՛ք թէ դուք

*) Յետ հիպնոսական ներենչման մասին դուք պիտի գտնէք տաճարի դաս:

կարող էի դնել ձեր հիւանդին հիպնոսական դրուքեան մէջ, նոյնքան դրական եղէի, որ դուք կարող էի յետ բերել ձեր ենթակային հիպնոսական ֆնից: Երբէք մի յուզուէի, որովհետեւ եթէ յուզուիք, ձեր մտաւոր յուզումը պիտի ազդէ ձեր ենթակայի վրա եւ դա պատճառ կը դառնայ, որ դուք նեղութիւն ունենալ նրան արթնցնելիս, եղէի դրական ըստ ամենայնի, թէ դուք կարող էի արթնցնել նրան այնքան դիւրութեամբ, որքան դիւրութեամբ որ նրան հիպնոսացրիք, եւ մի մտաւոր միտք նրան յետ բերելու իւր արթուն վիճակին տարբեր աստիճանների միջով, ինչպէս որ նրան առաջնորդեցիք դէպի փուն տարբեր աստիճանների միջով: Տուէի ազատ ժամանակ ձեր ենթակային մէջ աստիճանից միւսը գնալու համար եւ եթէ նա առաջին աստիճանում է, դուք կարող էի ձեր մտերը միմեանց չբացնել եւ ասել «արթնցի՛ր, դու արթուն ես», եւ արդիւնքը պիտի լինի գոհացուցիչ:

ՄԵԹՕԿ 4. — *Նշալէս հիպնոսացնել մի խումբ մարդկանց փայլուն առարկայով*. — Պրոֆեսոր Լուիսը այդ նպատակի համար հնարած է մի պստող փայլուն հայելի, որը գետնէնով եօթ ոսկ քարձրութիւն ունեցող մի փոքր սեղանի վրա, նրա շուրջը բոլորածու նստեցնում է մի խումբ ենթակայների առանձին առանձին արթուների վրա: Նա մի քիչ մթնեցնում է սենեակը վարագոյրներով եւ ապա մի քանի քառով փունի գաղափարը սպառնում նրանց մտքի մէջ, յետոյ հրամայում է նրանց նայել ուղիղ պստող հայելուն: Միեւնոյն ժամանակ ասում է, որ ենթակայներից իւրաքանչիւրը իրենց ոտերը ուղիղ դնեն յատակի վրա եւ մէջքերին յենեն արթուն: Նա ասում է նաեւ, որ երբ ուշադրութեամբ յառեն իրենց աչքերը պստող հայելուն նրանց փունը պիտի գայ եւ պիտի ֆնեն: Երբոր նա նկատում է, որ ենթակայների աչքերը յոգնած են, նա ներհնչում է մտաւորապէս հետեւեալը. «Ձեր աչքերը փակուում են, ձեր աչքերի կոպերը ծանրացել են, դուք յոգնած էի, բոլոր մարմնով թուլացած, դուք փուն ունիք, յոգնած էի, շատ փուն ունիք, երբոր ես կը համբեմ տար, դուք պիտի մտնէի խոր փունի մէջ»: Ապա սկսում է համբել «մէկ... երկու... երեք... չորս... հինգ... վեց... եօթը... ութ... ինն... տասը...» Հէնց որ տասն է ասում, փակում է ենթակայների աչքերը իւր ձեռներով եւ իւրաքանչիւրին միաժամանակ ասում «Քնիր»: Նա տարունակում է Տայ նրանց իւր մեղմ, բայց ազդու ներհնչումները, «դուք շատ հանգիստ էի զգում ձեզ, դուք փուն ունիք, ֆնեցէի, դուք լսում էի միմիայն իմ ձայնը, բացի իմ ձայնից ուրիշ ոչ մի ձայն դուք չէի լսում, դուք ֆնած էի, ֆնած. ֆնեցէի, եւ այլն»:

Այսպիսի խմբական հիպոստացման ժամանակ սովորաբար ենթակաները կը ծիծաղեն կամ կը փորձեն խօսել միմեանց հետ, դուք չի պիտի ֆազպերեք այդ, չի պիտի ցոյց տաք որեւէ համակրանք:

Մի խումբ անձնատուութեանց միասին հիպոստացները աւելի հետք է, քան թէ մի անձնատուութեան առանձին: Բաւական է, որ խմբից մէկը ֆնեց, միւսները կը հետեւեն նրան:

ՄԵԹՕԳ 5.—Հրամայեցէք ձեր ենթակային նստել մի հանգիստ աթոռի վրա, դուք եւս նստէք նրա ուղիղ դէմ ու դէմը մէկ ուրիշ աթոռի վրա, պէտք է ձեր աթոռը մի ֆիչ աւելի բարձր լինի, քան թէ ենթակայինը: Նրա ծնօցերը տեղաւորեցէք ձեր ծնօցերի մէջ տեղը: Ձեր երկուսի դէմքերի միջոց հեռաւորութիւնը պէտք է լինի մօտաւորապէս մէկ ունի եւ կէս: Ենթակային աւել, որ դնէ իր ձեռքերը իր ծնօցերի վրա, մասերը տարածած, եւ ձեր ձեռքերը դրէք նրա ձեռքերի վրա, թեթեւ կերպով: Ապա նայելով ենթակայի աչքերին հանդարտ, բայց ինքնավստահ արտայայտութեամբ ասացէք. «Բո բոլոր ուշադրութիւնը պիտի շինի ինձ վրա, քան մտնում խորհուրդներ գոյութիւն չունին. դու պիտի կատարես իմ բոլոր հրամանները. ես պիտի փակեմ քո աչքերը եւ դու չպիտի կարողանաս բանալ, մի բառով ես այդ կարող եմ անել. այժմ ուղիղ նայիր իմ աչքերի մէջ, մի թարթեր աչքերդ, ուղիղ նայիր իմ աչքի սեւուցին, միայն մի քանի վայրկեան, դրանից աւելի չի տեսելու եւ որեւիցէ կերպով ֆեզ չի վնասելու: Ես պիտի ասեմ ֆեզ. որ քո աչքերը փակես մի քանի վայրկեանի համար եւ կրկին բանաս, յետոյ դարձեալ փակես եւ բանաս. եւ վերջին անգամ դու պիտի գտնես, որ քո աչքերը պիտի փակուած են. թերեւս դու կարողանաս բարձրացնել քո յոնքերը, բայց դու չի պիտի կարողանաս բանալ քո աչքերը: Հիմա ուղիղ նայիր իմ աչքերին, պահիր քո ուշադրութիւնը ինձ վրա, պիտի փակիր քո աչքերը մի քանի վայրկեան: Այժմ կրկին բացում են: Բաց աչքերդ: Մի անգամ եւս վերջին անգամ փակիր աչքերդ եւ պիտի փակիր, աւելի պիտի... *Դու չես կարող ըսնալ քո աչքերը, չես կարող ըսնալ*, բայց ես կը շարժեմ իմ ձեռքերը եւ քո աչքերը կը բացուեն»: Ապա մի քանի արթնցնող պասսեր (դէպի վեր) անելով ասացէք, «բաց քո աչքերը, դու բոլորովին լաւ ես գգում»: Դարձեալ հրամայեցէք նրան փակել իր աչքերը, եւ ձեր երկու մասերը թեթեւ կերպով դնելով նրա կոպերի վրա, թողէք մնան երկու րոպէ եւ ապա ասացէք, «երբոր կը համբեմ երեք, քո աչքերն աւելի պիտի պիտի փակուեն, քան թէ առաջին անգամը եւ որքան ջանաս բանալ, նոքա աւելի պիտի պիտի փակուեն: Մէկ... Երկու... Երեք: Պիտի կպած են»: Այժմ վերցրէք ձեր մասերը նրա կոպերից եւ շարունակեցէք ներեցնել, «այլեւս չեն բացուի, իզուր է, չես կարող:

2. Լեց այդ դիրքում դու հանգիստ բնելու ես, բունդ եկած է, դու բուն ունիս. քնիք, խոր քնիք: Քն աչքերի կողմերը ծանրացել են, դու յոզնած ես. ոչինչ եմ բունը խանգարել չէ կարող, շատ բուն ունիս: Քնիք ես այլև»

ՄԵԹՕԴ 6.—Ենթական պէտք է լինի նսած դուրսիցում: Դուք կանգնեցէք նրան դէմ ու դէմը եւ հրամայեցէք նրան աչքերը յառել ձեր մատերի ծայրերին: Ապա ծանր-ծանր շարժեցէք ձեր ձեռքը մէկ կողմից միւս կողմը, երբեմն էլ վերից ներքեւ, ներքեւից վերեւ, մի բանի բոլորից սա պատճառ կը դառնայ աչքերի յոզնածութեան:

Հէնց որ նրա նայուածքը սկսում է տարուբերել, պէտք է դուք հրամայէք նրան փակել իր աչքերը եւ դնալ խոր բունի մէջ: Քունի ներճնումներ պէտք է շարունակուեն, միևնույն ու նա խորը կը քնէ:

ՄԵԹՕԴ 7.—Պէտք է ձեր ենթական նսած դիրքում լինի, եւ թուլացնէ իր մկանները սակրողութեամբ, եւ շնչէ կանոնաւոր եւ խոր կերպով: Դուք էլ կանգնած կամ նսած պէտք է լինէք նրա դիմաց: Տուէք հետեւեալ ներճնումը.—«Նայիր իմ աչ աչքին, յառած պահիր աչքերդ ուշի ուշով եւ մտածիր բունի մասին: Որքան որ հնարաւոր է քեզ համար, միտքդ թափաւր պահիր»:

Հէնց որ նրա աչքերը ընդունեց մի անթարթ, անգործ տես, տուէք նրան քնաբեր ներճնումներ, եւ ձեր ներճնումներին միացրէք բուն բերող, դէպի ներքոյ, պասսեր, նրա դէմքի առաջից: Եթէ ենթական մի այսպիսի դուրսեան մէջ կընդունէ այս ներճնումը, նա խոր շունչ կը քաշէ եւ կը մտնէ խոր բուն: Ինչ փորձարկութիւն, որ դուք որոշած էք, կարելի է գործադրել:

ՄԵԹՕԴ 8.—Թող ձեր ենթական նսած լինի մի հանգիստ արողի վրա, կողպեցէք սենեակի դուռը, որպէսզի ներս գալ ցանկացողները մնան դրսում, որովհետեւ որեւէ խանգարում պիտի փշացնէ վարձը: Դուք եւս նստէք ենթակայի դէմ առ դէմ, մէկ ուրիշ արողի վրա, թող ձեր արողը մի քիչ ստիկի բարձր լինի, քան թէ ենթակայինն է: Թող ձեր ծնկերը դիպչեն ենթակայի ծնկերին. առէք նրա յրամանները ձեր երկու մատերի մէջստորը, այնպէս որ ձեր յրամանների ներքին մասը դպչէ նրա յրամանի ներքին մասին: Երկուսդ էլ հաստատուն նայուածով նայեցէք միմեանց աչքերի մէջ, մի քարքէք ձեր աչքերը, մնացէք այդ դիրքում երկուսից միևնույն հիմնը բոլոր. ապա հետագրէք ձեր ձեռքերը

Եւ սարածելով ձեր բազուկները սարէ՛ք նրա գլխի գագաթի վրա եւ սկսէ՛ք պասսեր կասարել, երկու մի
րոպէ՛ այդ պասսերը կասարելուց յետոյ, ձեր մասերի ծայրերը մօտեցրէ՛ք ենթակայի աչկերին եւ մի րոպէ՛
պահելուց յետոյ մի վնուական կամփով մտադրուեցէ՛ք քուն առաջ բերել: Շարունակեցէ՛ք այս պրօցեսը
սասն եւ հինգ, քսան րոպէ՛, եթէ փորձը վրիպեց, նորից փորձեցէ՛ք երկրորդ օրը նոյն ժամին եւ պիտի
յաջողուի՛ք:

ՄԵԹՕՎ 9.—Նստեցրէ՛ք ենթակային մի աթոռի վրա եւ ասացէ՛ք նրան թուլացնել, իր կամքի
ոյժով, իր մտումնի բոլոր ջիղերը, մկանները եւ ներվերը կծկումներից եւ նայել ձեր աչքի մէջ, աչ աչքի
մէջ. մի գօրաւոր մտադրութեամբ որ նա ֆնելու է: Երեք րոպէ՛ յետոյ հրամայեցէ՛ք նրան փակել իր
աչկերը: Եւ փակելուց յետոյ դրէ՛ք ձեր ձեռները նրա արեւանումների եւ աչկերի վրա եւ ներենչեցէ՛ք
թէ նրա աչկերի կոպերը կպչում են միմեանց եւ անկարող պիտի լինի բանալ իր աչկերը: Կրկնեցէ՛ք
այս միեւնոյն ներենչումները մի քանի անգամներ, որ այդ գաղափարը սպաւորուի նրա մտում, եւ
աւելացրէ՛ք հետեւեալ ներենչումը «Երբոր կը համբեմ երեք, քո աչկերի կոպերը միմիանց պիտի պինդ
կպչեն եւ դու չի պիտի կարողանաս բանալ քո աչկերը»: «Մէկ, երկու, երեք, այժմ պինդ կպած են,
չես կարող բանալ»: Երբոր նա կը փորձէ եւ անկարող կը լինի բանալու, ասացէ՛ք նրան, «Մի ջանար
բանալու, դու քուն ունես, մնայ այդ դիրքում եւ ֆնիր»: Եթէ զգայուն ենթակայ է իսկոյն կը ֆնէ:

ՄԵԹՕՎ 10.—Նստեցրէ՛ք ձեր ենթակային մի աթոռի վրա, եւ դուք կանգնեցէ՛ք նրա աջ կողմը:
Դրէ՛ք ձեր ձախ ձեռքի բթամասը ենթակայի քթի արմատի վրա եւ մնացած մասերը գլխի գագաթին:
Դրէ՛ք ձեր աչ ձեռքը ձեր մէջքին եւ սպա ազդու սօնով հրամայեցէ՛ք ձեր ենթակային ոչինչ չի մտածել,
այլ միայն լսել ձեզ: Մի րոպէ՛ լուռ մնալով ուժեղ կերպով մտադրուեցէ՛ք, որ նա ֆնէ, եւ տուէ՛ք
ներչումներ.—«Քո աչկերի կոպերը ծանրացել են, փակիր քո աչկերը եւ ֆնիր: Քո աչկերի կոպերը
միմիանց պինդ կպած են եւ դու չես կարող աչկերդ բացել, ամեն ինչ մութ է քո աչկերի առաջ, դու
քուն ունիս, ֆնիր, ֆնիր» եւ կասարեցէ՛ք երկար քնաբեր պասսեր:

ՄԵԹՕՎ 11.—Այս մեթօդը Դր. Ֆլօլլըրինն է, թող ենթական նստի մի հանգիստ աթոռի վրա, կամ
պառկի իր մէջքի վրա մահնակալում կամ մի գահաւորակի վրա: Բացատրեցէ՛ք նրան, թէ դուք ուզում

է՛ք, որ նա քնէ, երբոր նա կասարեյապէս պասսիւ (մտնով խաղաղ) կը դառնայ, հրամայեցէ՛ք նայել ձեր աչքերի մէջ: Ապա սկսեցէ՛ք համրել ծանր եւ մի օրինակ ձայնով 1... 2... 3... 4... 5... եւ այլն: Պէ՛տ է աւել տերթակային, որ իւրաքանչիւր համրանքին նա պէ՛տ է փակել իր աչքերը, յետոյ պիտի բացէ: Նրանց համրանքների միջոցին: Դուք կարող է՛ք համրել 1...ից մինչեւ 20, քան ասելիս մի երկու րոպէ կանգ առնել եւ աւելի մեղմ եւ աւելի քնաբեր ձայնով սկսել նորից համրել 1... 2... 3... եւ այլն. երբ նա սակաւին արթուն է, սկսէ՛ք երրորդ 20-ը, կամ եթէ կարիք զգաք եւ աւելին համրել, կարող է՛ք: Ոմանք, որ թոյլ են, չեն կարող իրենց միտքը մի քանի րոպէով փակել վրա կենդանացնել, այն մեթոդը ամենալաւն է այդպիսիների համար: Այս համրանքի ընթացքում շատ ենթականեր կը փակեն եւ կը բացեն իրենց աչքերը եւ քիչ յետոյ միայն կը շարժեն կողերը, բայց անկարող կը դառնան բացել իրենց աչքերը, ուստի երբոր նկատէ՛ք, որ նա երեւակայութեամբ է միայն կարծում, թէ իր աչքերը փակում բացում է, ասէ՛ք քնաբեր ներշնչումներ, ինչպէս «Ի՛նչ փուն ունես, այլես չես կարող բացել քո աչքերը, քնիւ, քնիւ հանգիստ եւ խոր»: Պասսեր կասարեցէ՛ք ենթակայի վրա, կրկնեցէ՛ք քնաբեր ներշնչումներ: Այս մեթոդով նաեւ կարող է՛ք հիպնոսացնել մի խումբ ենթակաների միասին:

Դ Ա Ս 14.

ՊԱՍՍ (PASS). ԻՆՉՊԷՍ ԿՍՏԱՐԵԼ ՊԱՍՍԵՐԸ.

Ինչպէս գիտէ՛ք, պասսեր գործածելը Մեամերի հիւանդ դարմանելու մեթոդներից մէկն էր, նա պասսերը գործածում էր իր կենդանական մագնէտիզմը իր մատերի ծայրերով հիւանդի հիւանդ մարմնի մէջ փոխանցելու մտադրութեամբ: Ներկայումս համարեայ բոլոր օպերատորները մէկին հիպնոսացնելիս կամ մի հիւանդի դարմանելիս պասսեր են կասարում, առանց նոյն իսկ հաւաստիւ Մեամերի հեղուկային թէօրիային: Պասսեր կասարելը նպաստում է գործին, նրանք ծառայում են որպէս մաթերեայ

ներեցումներ: Դուք կարող էք հիպնոսացնել մի անձնաւորութեան կամ դարմանել հիւանդութիւններ, առանց պասսերի էլ, բայց պասսեր գործադրելն էլ այն օգուտն ունի, որ երբ դուք կը կասարէք այն «մտադրութեամբ», բնական է, որ ձեր միտքը աւելի կը կենսօրնանայ գործի վրա, միւս կողմից պասսերը ինքնին ներեցման գօրութիւն ունին. ենթակայի վրա շատ լաւ եւ հանգստացնող ազդեցութիւն է անում:

Պասսերը կարելի է բաժանել վեց գլխաւոր կարգերի:— «Ամբողջ պասս», «Կէս պասս», «Թրքումների պասս», «Քաշելու պասս», «Յետ մղելու պասս» եւ «Արթնցնող պասս»:

«Ամբողջ պասսը» կասարելիս, օպերատօրը նստեցնում կամ պառկեցնում է ենթակային եւ ինքը կանգնելով նրա առաջ, սարածում է իր բազուկները, ձեռքերի ափերը դէպի ներքեւ դիրքում, սկսում է ենթակայի գլխի գագաթից, առանց նրա մարմնին դիպչելու, մէկ, երկու բթամաս հեռաւորութիւնից, իջնում է դէպի մարմնի, մինչեւ մարմնի վերջաւորութեանը, ոտները: Այս պասսերը կարելի է կասարել ենթակայի առաջնւկողմից, յետեւից կամ կողքերից:

«Կէս պասս» կասարում է կէս սարածութեան վրա միայն. օրինակի համար, գլխից մինչեւ ստամոքսը, ծնկներից մինչեւ ոտները, ուտերից մինչեւ մատերի ծայրերը, վզից մինչեւ փոքր մէջքը եւ այլն:

«Թրքումացնող պասսերը»-ը բոլոր պասսերի մէջ ամենից ազդուն է, յաճախ առաջ է բերում ցանկացած արդիւնք: Այս պասսը կասարում է մատերի ծայրերը ննեւելով մարմնին: Ճնշումը պէտք է լինի եւ արագութեամբ յետ վերցնել եւ այսպէս արագ-արագ մէկը միւսի յետեւից: Եթէ այս պասսը կանոնաւոր կերպով կասարուի, նա կը լաւ մարմնին սողոսկելու (փուռ-փուռ լինելու) զգացողութիւն:

«Քաշելու պասսը» կասարում է, երբ օպերատօրը ենթակայից դէպի իր կողմն է փառում ձեռքերը, որպէս եթէ ենթակայի մարմնին մի թոկ կապուած լինէր եւ բռնէր այն դէպի իրեն փաշէր: Այս պասսը կասարում է փորձառական նպատակների համար, եւ նշանակութիւն չունի որպէս բուժական պասս:

«Յետ մղելու կամ Դիմադրող» պասսը, կասարում է ձեր ձեռքերի ափերը դառննելով դէպի ենթական եւ հեղով նրանց դէպի դուրս, ինչպէս եթէ ննեւէիք պասը, այս պասսն էլ փորձառական նպատակների համար է:

«Արթնցնելու պատար» տրում է ձեռքերի ակերը դեպի վեր բաց արած, սկսած ստամոսից երկու ձեռքերով դեպի վեր, դեմքի առաջից մինչև գլխից վեր: Արթնցնող պատարը պիտի կատարել արագութեամբ մի քան անգամից վերև, եւ արթնցնելու մտադրութեամբ:

Քոյր պատարը պէ՛տ է կատարել մատերի ծայրերով թեթև կերպով դիպչելով ենթակայի հագուստին: Թեպէ՛ս եւ երբեմն ենթականեր այնպէս զգայուն են, որ այս ձեռի մի պատս չափազանց ուժեղ է նրանց համար, այդպիսի դեպքում պատար պէ՛տ է անել առանց ձեռքերն հագուստին կպցնելու:

Պատարից որեւէ մէկը, բացի թրթռումների պատար, կարելի է կատարել մի քանի օտ մեղաւորութիւնից, եթէ ենթական անսովոր կերպով զգայուն է:

Քոյր պատարը, բացի արթնցնելու պատարից, պէ՛տ է կատարել հետք եւ շնորհալի շարժումով. եթէ այդպէս անէ՛ք նրանք շուտով կը դառնան միանման եւ միանմանութիւնը կօգնէ ենթակային քննցնելիս: Երբեմն ենթականերից ոմանց վրա պատարի արագութիւնը պէ՛տ է աւելացնել, որովհետեւ թում է թէ նրանք պահանջ ունեն արագ պատարի, թեպէ՛ս եւ մի քան չի պատահիլ սա, եւ դուք պիտի որոշէ՛ք երբ է հարկաւոր մի այսպիսի փոփոխութիւն:

Պատս կատարելիս ձեռք բազուկները չը պէ՛տ է կարծրացրած լինի, որովհետեւ մկանների կարծրացումը կը յօգնեցնէ ձեզ, պատարն արէ՛ք առանց որեւէ աւելուող ճիզիփական ջանքի, քան թէ հարկաւոր է պահել ձեռքները շատ արագ ցած ընկնելուց, եթէ այսպէս անէ՛ք կարող է՛ք շարունակել մի անորոշ ժամանակով:

Երբոր ձեռքերը յետ կը բերէ՛ք սկսելու տեղը, պատար կատարելուց յետոյ, ձեռքերնից պէ՛տ է փակէ՛ք եւ ակերը թեթև կերպով դառնա՛ծ դեպի դուրս. թեւերը պէ՛տ է բաւականաչափ բաժանուած լինի, այնպէս որ ձեռքերը մի կիջ հեռու լինի ենթակայի մարմնից:

Դուք պէ՛տ է վարժութիւններ կատարէ՛ք պատար անելու ենթակայի թէ նստած, թէ կանգնած եւ պառկած դիրքում:

«Պատս» բառը վերցուած է փոխանցումի մտով (կենդանական մագնետիզմի—հեղումի—փոխանցումն), բոյր ազգեր «պատս» բառը գործածում են նոյնութեամբ եւ նոյն մտով, ուսի եւ էլ պահում եմ այդ բառը նոյնութեամբ:

ՀԻՊՆՕՍՍՍՑՆԵԼՈՒ ՄԵԹՕԴ 12

Հիպնոսիզմ կարելի է առաջ բերել ներհնչումով. փայլուն առարկայով եւ պասսեռով. Խառն մեթոդներով սովորաբար հիպնոսում են լաելի մարդիկ, քան թէ որեւէ մի եզակի մեթոդով: Երբոր կը տեսնէք, որ ձեր ենթական զգայուն է, ներհնչում միայն գործածել, եթէ միայն ներհնչումով նա չի ազդում, ապա պասսեռ կասարել: Փայլուն առարկայով բաւական յաջող կերպով ազդում են մարդիկ:

Երբոր մի նոր ենթակայի ուզում էք հիպնոսացնել, նրան մի կարն բացատրութիւն տուէք հիպնոսիումի մասին: Հասկացրէք նրան թէ ոչ մի վնաս չի կարող նա ունենայ, թէ նա չի հիպնոսուիլ, եթէ դիմադրէ, կամ եթէ չի կենտրոնացնէ իր միտքը եւ անտիրիքի վրա: Ասացէք նրան, որ նա իր ուշադրութիւնը կենտրոնացնէ ձեր ներհնչումների վրա եւ մտածէ, որ ինքը իրապէս պիտի գնէ: Դուք պէտք է ջանաք համոզել ձեր հիւանդին ինչ մտնել եւ պահէք նրա միտքը եւ խորհուրդը ինքի գաղափարի վրա միայն: Այս անելով դուք դժուարութիւնը կիսով չափ յաղթած էք լինում: Ոմանք այն կարծիքն ունեն, թէ կնէլ անկարելի է, ասացէք նրան ուշադրութիւնը չի դառցնել դրան, այլ մտածել միայն կնէլու մասին: Ոմանք էլ կարծում են, թէ իրենք շատ զօրաւոր կամքի ոյժ ունենալուն, դժուար է նրանց հիպնոսել, եւ հիպնոսիսը մի առ ժամանակ նրանց վրա գործելուց յետոյ, նրանք կը բանան իրենց աչքերը եւ կասեն, որ իրենք չէին ազդուած:

Այս տեսակ մարդկանց պէտք է բացատրէք, թէ զօրաւոր կամքը մի անհրաժեշտութիւն է հիպնոս առաջ բերելու համար, որովհետեւ մեքի կենդրոնացումը անհրաժեշտ է եւ եթէ իրապէս նրանք ունին մի զօրաւոր կամք, նրանք անուշտ ունին կենտրոնացման ոյժ: Եթէ նրանք զգնում են, որ անկարելի է ինչ լինել, դա պարզապէս ցոյց է տալիս որ նրանք չեն կարող եւ չի պիտի համաձայնեն հիպնոսուիլ: Եթէ ձեր հիւանդը իրապէս ուզում է հիպնոսուիլ եւ կուզենայ ինքն իրեն պատրաստել, ասացէք նրան զնայ մի հանդարտ տեղ, ուր նա կարող է միայնակ լինել մի քանի րոպէ իւրաքանչիւր օր եւ բռնէ իր մեքում մի եզակի խորհուրդ եւ ջանայ պահել այն այնտեղ, դուրս բերելով մեքից բոլոր միւս

խորհուրդները, երբոր նա այս կարողանայ անել, նա կարող է եւ հիպնոսուել:

Մի ուրիշ լաւ պլան էլ այն է, որ ձեռք ենթական պառկի մի հանդարս տեղում եւ փակելով իր աչքերը կրկնէ իր մտքում *ֆնաբեր խօսքեր*, ինչպէս, «ես այժմ *ֆնելու եմ, ֆնելու եմ, ֆնելու եմ, ֆնելու եմ, ֆնելու եմ, ֆնելու եմ*»: Այս տեսակ ներշնչումները պէ՛տք է կրկնել այնքան յաճախ, որքան որ անձնաւորութիւնը կը պահանջէ, մօտ հինգ ռապէից մինչեւ տասն հինգ ռապէ: Այս մարզանքները պէ՛տք է կատարել ամեն օր, մինչեւ որ ենթական կարող կը լինի բռնել իր խորհուրդները, ուր որ ուզում է որ նրանք լինեն: Եթէ *ֆուր* բերող զգացողութիւն չի յառաջանայ ձեռք հիւանդի մէջ, յիշուած ժամանակի վերջաւորութեանը, դա ցոյց է տալիս պարզապէս, որ նրա միտքը թափառում է: Եթէ նա ցոյց է տալիս որեւէ երկիւղի նշան, լաւ կը լինի, որ մի ուրիշին հիպնոսացնէք նրա ներկայութեանը:

Ձեր ոյժերը պիտի անեն ձեր փորձառութիւնների հետ, եւ ի հարկէ դուք չի պիտի ակնկալէք հիպնոսացնել բոլոր մարդկանց, որոնց վրա փորձ կը կատարէք:

ՄԵԹՕԿ 13.—Դրէք ձեռք ենթակային մի հանգիստ դիրքում եւ բռնեցէք ձեռք մատերով մի փայլուն առարկայ. օրինակ, մի մետաղեայ փայլուն կոճակ, նրա աչքերի հաւասարութիւնից քիչ բարձր, մէկ ոտք հետաւորութեան վրա, պահանջելով նրանից, որ պահէ իր աչքերը այդ առարկայի վրա եւ ասացէք, որ նայելով մի քանի վայրկեան այդ առարկային, պիտի յոգնեն նրա աչքերը, ֆուրը պիտի գայ եւ պիտի ֆնէ: Այդ առարկային բոլորաձեւ շարժումով, նոյն հետաւորութեամբ, շարժեցէք մի քանի ռապէ, ձեռք դասողութեան համաձայն, կամ մինչեւ որ ենթական կը փակէ իր աչքերը: Հիմա դուք կարող էք ստել նրան շարունակական եւ հաստատուն ձայնով. «Ձեր ֆուրը գալիս է», «Ձեր աչքերը ծանրանում են», «Նրանք յոգնում են», «Նրանք փակուում են», «Դուք ֆուր ունիք»: Կրկնեցէք այս ներշնչումները որքան որ դուք անհրաժեշտ կը համարէք:

Եթէ ձեռք ենթական դեռ չէ ֆնած մինչեւ այդ ժամանակ, ասացէք նրան փակել իր աչքերը եւ մտնել խոր ֆուրի մէջ: «Փակեցէք ձեռք աչքերը եւ ֆնէք»: Յետոյ տեղաւորեցէք ձեռք մատերը նրա գլխի երկու կողմերի վրա եւ բթամատերը նակասին, միտք աչքերի վերեւը, այնպէս որ բթամատերը միմեանց մօտ լինեն եւ մեղմօրէն զարկէք նակասին եւ ֆուրներին, մի քանի ռապէներ. թողէք ձեռք մատերը կատարելապէս հանդարս մնայ երբոր խփում էք կամ զարկում էք նակասին եւ ֆուրներին ձեռք բթամատերով:

Երբ որ մանկաբույժացիս էք անում, այս ձեռով, գործածե՛ք հետեւեալ ներշնչումը, «Քնեցե՛ք, քնեցե՛ք, քնե՛ք, քնե՛ք, քնե՛ք, քնե՛ք, քնե՛ք, քնե՛ք, քնե՛ք»։ Շարունակեցե՛ք, այս ներշնչումները, մինչ քանի՛ թոյլեցե՛ք, շարունակական մեղմ եւ ձայնի դրական զոնով։

ՄԵԹՕԳԻ 14.— Սեղմեցե՛ք ենթակայի ճիւղ արմատը, ձեռքով, ձախ ձեռքի բթամասով, պահել նոյն ձեռքի միւս մասերը նրա գլխի վրա։ Չարկե՛ք ենթակայի գլխի յետեւի, մասի վրա ձեռք աչ. ձեռքով։ Չարնելը պէ՛տք է կատարուի ծայր եւ մեղմ, միեւնոյն ժամանակ. քանի, ներշնչումներ տուէ։ Շարունակեցե՛ք մինչեւ որ ցանկացած ազդեցութիւնը ձեռք կը բերուի։

ՄԵԹՕԳԻ 15.— Թողե՛ք ենթակայն նստած լինի մի հանգիստ արթուի վրա, իսկ դուք կանգնեցե՛ք ենթակայի աչ կողմը եւ դե՛ր ձեռք ձախ ձեռքի բթամասը նրա ճիւղ վերին մասի վրա. եւ ձեռք նոյն, ձեռքը դե՛ր նրա գլխին։

Դուք կարող է՛ք սալ ալժմ հետեւեալ ներշնչումները, լրջօրէն եւ հաստատուն զօնով. «Փակի՛ր աչկերդ»։ Փակելուց մինչ քանի՛ անց շարունակեցե՛ք ներշնչել. «Քն աչկերը փակուած. եւ այնքան պինդ, որ դու չես կարող բանալ նրանց, դու պիտի խոր քուն մտնես, դու կատարեալապէս հանգիստ ես, դու պիտի խոր քուն լինես, խոր քուն, խոր քուն»։ Մինչ քանի՛ թոյլեցե՛ք, յառաջնալուց յետոյ շարունակեցե՛ք «Դու ալժմ. խորք քնած ես, խորք քնած, եւ յառաջ ես միմիայն իմ ձայնը, բացի իմ ձայնից ուրիշ ոչ մի ձայն չես լսուի»։ Կրկնեցե՛ք այս ներշնչումները, այնքան յստակ, որքան անհրաժեշտ կը համարէ։ Թե՛ր եւ սասից մինչեւ քան թոյլեցե՛ք։ Եթէ այդ ժամանակեալ ընթացում ձեռք ենթակայն չի քնեց, դուք պէ՛տք է թողնէ՛ք նիստը, մինչեւ միեւնոյն ժամ ինչ միւս օրը։ Երբ նոյն փորձը պիտի կատարել նորից։

ՄԵԹՕԳԻ 16.— Իրե՛ք ձեռք ենթակային նստած կամ պառկած դիրքում, ինչպէս որ ձեզ յարմար կը թուի։ Մեղմ կերպով զարկե՛ք նրա նպակին մի կանոնաւոր շարժումով եւ միեւնոյն ժամանակ զարկով սովորական քնքերը ներշնչումներ։ Եթէ ձեռք ենթակայն շուտով չի դառնում անզիտակից, հակառակն զարնելը պէ՛տք է թողնել, բայց պահեցե՛ք ձեռք մասները հաստատուն կերպով եւ մեղմօրէն սեղմեցե՛ք նպակը, շարունակելով սալ քունի ներշնչումները եւ նա շուտով պիտի քնէ։

Մեթոդ 17. — Նստեցե՛ք էք ենթակային մի արմու՛ի վրա, դու՛ր ես նստե՛ք մի ուրիշ արմու՛ի վրա նրա դիմացը: Ապա՛ դե՛ր է՛ձեր այ ձեռքի ցուցամասը նրա հակասին, էթի արմասից մի էիջ վե՛րեւ, մի վայրկեան պահելուց յետո՛յ յե՛ս քաշեցէ՛ք ձե՛ր մասը, բայց՝ եւ կրկին դե՛ր է՛ նրա հակասին եւ այսպէս՝ մի քանի անգամ՝ կրկնեցէ՛ք նոյն գործողութիւնը եւ ապա ներեցեցէ՛ք ձեռ ուղեղը այժմ ոչ մի բանի մասին մտածել չէ կարող: Փակիր այ՛քեղ եւ կնիր»: Տուէ՛ք կնաքեւ պասսեւ գլխից միկնէ ծունգե՛ր:

Դ Ա Ս 16.

ՀԻՊՆՅՍՏԱԿԱՆ ԲՈՒՆԻ ԱՍՏԻՃԱՆՆԵՐԸ.

Հիպնոսական բունն ունի ասիւնաններ, թեթեւ բուն, խոր բուն, անկի խոր բուն, կամ սովնամբուլիս, կասպեպսի եւ լեթարգիս: Մի քանի հեշ հասկանալի դասաւորութիւնները հետեւեալներն են:

Dr. Etébeaut-ի դասաւորութիւնը. —

Առաջին աստիճան. — Հիւանդն զգում է մի ծանրութիւն այ՛քեքի կոպեռում եւ ընկհանուր կնասութիւն:

Երկրորդ աստիճան. — Սա յաճկանիւնուած է ներեցչական կասպեպսիով: Երբ որ օպերատորը տեղաւորում է ենթակայի բազուկը մի որոշ դիրում, եւ ասում է նա այնտեղ է մնալու, անկարելի է լինում հիւանդի համար ցած բերել նրան: Նա մնում է կարծր եւ պիկո՛ւ աս անկի երկար ժամանակով, քան թէ հնարաւոր պիտի լինէր մի բնական վիճակում: Սյս երկու ասիւնաններում ենթակայի գիտակցութիւնը մնում է գրեթէ ամբողջութեամբ եւ յաճախ հիւանդը մեծում է իր հիպնոսական դրութիւնում յի՛նելը, որովհետեւ նա լսած է եւ յի՛շում է իւրաքանչիւր բառ, որը խօսուած է իրան: Մարդկանց աս խեղ համեմատութիւնը երբէք այս ասիւնանից այն կողմ չեն անցնիր:

Նորորդ աստիճան.— Այս աստիճանում նաեւ ենթական գիտակից է ամեն ինչ որ կատարում է նրա շարժը որոշ չափով եւ լսում է ամեն բան, որ ուղղուած է նրան. բայց նա նեղուած է մեծ
ֆնատութեամբ: Երբոր մի գործողութիւն է տեսնում մի արուզին, նա անսովասկօրէն շարունակում է:
Եթէ թելը թաւարում եմ, նա շարունակում է դառնալ, մինչեւ որ օպերատորը հրամայում է նրա
կանգնումը:

Չորրորդ աստիճան.— Հիպնոսական ֆունի չորրորդ աստիճանում հիւանդը դադարում է արտաքին
աշխարհի հետ յարաբերութիւն ունենալուց: Նա լսում է միայն, ինչ որ օպերատորը ասում է նրան:

Հինգերորդ եւ վեցերորդ աստիճաններ.— Ըստ Դր. Լիէբօրդի սահմանում է սովնամբուլիսմը:
Առաջինի մէջ, ինչ որ պատահել է ֆունի ընթացքում, վերջեւումը աղօս է եւ միտքը գալիս է
դժուարութեամբ. վերջինում հիւանդը անկարող է վերջեւել *ինքնազերաբար* որեւէ բան, որը պատահած
է ֆունի մէջ: Բոլոր յետ-հիպնոսական ներշնչման երեւոյթը կարելի է առաջ բերել այս դրութիւնում, եւ
նա ներկայացնում է հոգեբանների արտասովոր հետաքրքրութեան արժանի տեսիլները:

Մէկ ուրիշ յայտնի դասաւորութիւն կայ, որ պարունակում է վեց աստիճաններ, հետեւեալն է.—

Առաջին աստիճան.— Որեւէ ազդեցութիւն, ինչպէս թմրածութիւն, թեթեւ լողալու զգայնութիւններ
գլխում, երբեմն միացած է զանգահարութիւն ականցների մէջ:

Նրկրորդ աստիճան.— Թեթեւ ֆուն. ենթական լսում է ամեն ինչ, բայց կատարելապէս գոհ է իր
օրջապատով, եւ ցանկութիւն չունի շարժուելու:

Նորորդ աստիճան.— Ենթական խոր ֆունի մէջ է: Ամեն ինչ որ յայտնում է, նա յիշում է
կատարելապէս. երբեմն այս պատճառ է դառնում, որ ենթակաները ասեն, թէ նրանք ֆնած չէին, բայց
երբ դրուեն այս աստիճանում եւ թոյլ տալ նրանց ֆնել մի անժամանակ, սովորաբար նրանք կը
խոսովանուեն, որ նրանք ազդուած էին:

Չորրորդ աստիճան.— Շատ խոր ֆուն. ենթական կանէ, ինչ որ ներշնչուած է, առանց
դիմադրութեան, այնքան ասեն, որքան որ նրա բարոյական խարակտերին հակառակ չի լինեն:

Հինգերորդ աստիճան.— Կատարելապէս (կարծրացումն) կարելի է առաջ բերել այս աստիճանում,

որեւէ մկան կամ մի շարք մկաններ կարելի է կարծացնել օպերատորի հրամանով:

Վեցերորդ աստիճան.—Սովնամբուլիամը այս աստիճանի գլխաւոր խարակներխսիկան է: Պայծառատեսութիւն (clairvoyance) երբեմն կարելի է մտակած այս աստիճանում:

Հետեւեալ դասաւորութիւնը իմ կարծիքով ամենահասկանալին եւ ուղիղն է.—

Քունը առաջին աստիճանն է: Երբ որ դուք առաջ էք բերել փունի առաջին աստիճանը, դուք կարող էք համբերութեամբ եւ յարատե ջանքով առաջ բերել բոլոր աստիճանները: Երբոր ձեր ենթական հասած է առաջին աստիճանը, ասացէ՛ք նրան կանգնել այդտեղ մի քանի րոպէներ, երկու կամ երեք րոպէն լրանալուց, ասացէ՛ք նրան հաստատապէս գնալ աւելի խորը, եթէ նա կտունէ ներշնչուի, նա կը ստանայ մէկ կամ աւելի խոր շնչառութիւններ եւ դարձեալ կը սկսի շնչել բնականօրէն: Այս երկրորդ աստիճանն է:

Քողէ՛ք նրան մնալ այս վիճակում մի քանի րոպէներ: Շարունակեցէ՛ք անել այս, դիտելով նա զարկերակը գոլուտութեամբ եւ նրա ձեռքերի դուրսիւնը: Եթէ նա ձեռքը ստանձնում է մի կարծր դուրսիւն եւ մարմինը ուղղում է դուրս, նա հասած է երրորդ աստիճանը, փունի այս աստիճանում նա ոյժ չունի շարժելու, կատարելական (կարծրացման) աստիճանն է:

Նախ քան ձեր ենթական աւելի խոր փուն առաջնորդելը, հարցէ՛ք նրանից, թէ լոյսը խանգարում է նրա աչքերը, եւ եթէ այդպէս է, մի թաւելինակ դրէ՛ք նրանց վրա կամ նրազի լոյսը պակասացրէ՛ք, եթէ գիշեր է:

Այժմ հրահանգեցէ՛ք նրան գնալ աւելի խորը, եթէ նա գնաց աւելի խորը, այնտեղ պիտի փափկանան, թուլանան նորա մկանները, եւ ձեր ենթական պիտի արտայայտէ իր խօսակցութիւնով, որ ինքը պայծառատեսութեան թեթեւ աստիճանումն է. սա չորրորդ աստիճանն է, կամ միսք-կարդալու աստիճանը: Մի թողնէ՛ք, որ նա երկար մնայ այս աստիճանում, առաջին անգամ, որ նա կը հասնի, որովհետեւ որեւէ մէկը կարող է արթնացնել նրան չորրորդ աստիճանից, առաջին անգամ, որ նա հասած է այնտեղ:

Միեւնոյն ձեւով ստիպեցէ՛ք նրան գնալ աւելի խորը, միւս աստիճանի մէջ, որը հիմնադրուած է, կամ Անկախ Պայծառատեսութեան աստիճանը: Եթէ նա միսքը յսակ է, դուք կարող էք ուղարկել նրան

որեւէ տեղ բարեկամների այցելութեան, նա կարող է նկատագրել տեղեր, եւ եթէ նա ուղիղ դրութեան մէջ է, նա պատասխանները տրած հարցերին պիտի սկսի բանալ ձեռ իմացականութեան առաջ կեանքի նոր իդէաներ:

Կայ նաեւ մէկ անյի խոր աստիճան քան այս, եւ դուք պէտք է շատ զգոյց լինէք նրան առաջ բերելիս: Նա վեցերորդ աստիճանն է, կամ Խոր-Մտքի յափտակութեան աստիճանում, եւ երբ միանգամ ամբողջութեամբ զարգացաւ, կը ցուցադրէ մարդկային մտքի անսահման ոյժ:

Նախ քան ձեռ ենթակային հիմնովի վեցերորդ աստիճանը ուղարկելը, մի համաձայնութիւն ձեռք բերէք նրանից, թէ նա պիտի արթնանայ կամ յետ գայ աստիճաններից որեւէ ժամանակ, որ դուք կը ներշնչէք: Ասացէք նրան զնալ հիմնգերողից դէպի վեցերորդ աստիճանը եւ մնալ այնտեղ: Մի պահանջէք ենթակայից, երբ որ նա վեցերորդ աստիճանումն է, որ որեւէ նամբողջութիւն կատարէ ձեզ համար, որովհետեւ միտքը չի կարող նամբողջել, երբ որ նա Խոր-Մտքի Յափտակութեան աստիճանումն է, բայց ինչ որ դուք ներշնչէք պիտի ներկայանայ նրան:

Այս քում է թէ մի աստիճան է կատարեալ ծանօթութեան եւ զանազանում է հիմնգերողից այս մէկ հանգամանքով. հիմնգերող աստիճանում ենթական պէտք է նամբողջել կամ զնա մէկ տեղից մէկ ուրիշը, որպէս զի կարողանայ պատասխանել ձեռ հարցերին այդ տեղերի նկատմամբ, վեցերորդ աստիճանում քում է, թէ նա գիտէ կամ տեսնում է ամեն բան կատարեալ, առանց նամբողջելու:

Կան բազմաթիւ ուրիշ դասաւորութիւններ հիպնոսական փունի. մի ցրող ասում է, որ երեք աստիճաններ կան: Այդ երեք աստիճաններում եւս ծածկում է մեկնոյն դասաւորութիւնը, որ կարգացիք վերել:

Դ Ա Ս 17.

ԻՆՉՊԷՍ ՓՈԽԵԼ ԲՆՍԱԿԱՆ ԳՈՒՆԸ ՀԻՊՆՕՍՍԱԿԱՆ ԳՈՒՆԻ.

Միակ տարբերութիւնը բնական եւ հիպնոսական փունի մէջ այն իրողութեան մէջ է, որ բնական փունի մէջ քնողը համաձայն (en rapport) է ինքն իր հետ. մինչդեռ հիպնոսական փունի մէջ նա համաձայն (en rapport) է օպերատորի հետ:

Այս փոփոխութիւնն առաջ բերելու համար հետեւեալ մեթոդը ամենից յարմար է. — կարգադրութիւն՝ արեւ ան ենթակայի հետ փորձելու համար այս փորձառութիւնը, եւ որպէս զի նա փորձի ընթացքում եթէ պատահի որ արթնանայ, ձեռք իր մօտ տեսնելով չի վնասուցայ: Ճամանակի մնալին համաձայնեալութեան յետոյ, մտէ՛ք փնտրի սենեակը եւ առանց աղմուկի մօտեցէ՛ք նրա անկողնի մօտ: Եթէ նա չի արթնցաւ, կանգնեցէ՛ք նրա մօտ մի քանի րոպէ, այնպէս որ նա ընտելանայ ձեր ներկայութեանը, ապա դէ՛ք ձեր ձեռքը նրա գլխի վրա եւ ցածուցէ՛ք նրան մինչեւ որ նա կը հասնի մագերին, բողբէ՛ք մնայ այս դիրքում մէկ երկու րոպէներ, եւ դարձեալ ցածուցէ՛ք ձեր ձեռքը մինչեւ որ նա հանգստանայ նրա գլխի վրա: Այս դրութիւնը պէ՛տ է պահել մի քանի րոպէներ, եւ յետոյ ձեռքը պիտի դնել նախաքի վրա: Այս բոլորը պիտի անել նրա համար, որ ենթական աստիճանաբար գիտակից դառնայ ձեր ներկայութեանը:

Այժմ սկսէ՛ք շատ օտար սոնով զայն հետեւեալ ներշնչումները. «Ռո՛ւք անոյշ փունի մէջ է՛ք, դու՛ք չի պիտի արթննա՛ք, դու՛ք խորին փունի մէջ է՛ք, դու՛ք չի պիտի արթննա՛ք, դու՛ք անոյշ փունի մէջ է՛ք, դու՛ք կարող է՛ք լսել, ինչ որ ես կատեն, բայց դու՛ք չի պիտի զարթնէ՛ք»: Այս ներշնչումները պէ՛տ է զայն մի քանի րոպէներ, երբ որ կը տեսնէ՛ք, թէ ենթական արթնութեան որեւէ նշան ցոյց չի տալիս: դու՛ք պէ՛տ է սառնէ՛ք. «Ռո՛ւք լամպէ՛ք, ինչ որ ասում եմ ձեզ»: Եթէ փնտրը պատասխանում է, նա հիպնոսուած է, փունը փոխուած է բնականից հիպնոսական փունի եւ փնտրի դրութիւնը նետորդն ունի է, որպէ՛ս եթէ նա հիպնոսուած լինէր արթուն վիճակից:

Եթէ ձեր ենթական չի պատասխաներ, դու՛ք չէ՛ք հաստատել հաղորդակցութիւն եւ փունը սակաւին բնական է, դու՛ք պէ՛տ է շարունակէ՛ք փորձը մինչեւ դու՛ք կը հաստատէ՛ք հաղորդակցութիւն կամ կարթնցնէ՛ք ենթակային:

Երբ որ դու՛ք կը վերջացնէ՛ք ձեր ներշնչումները, դու՛ք պէ՛տ է սառնէ՛ք ձեր ենթակային, թէ նա պիտի քնէ խոր, եւ պիտի զարթնէ՛ք առաւօտեան, զգալով շատ քարմուղած եւ զօրեղացած եւ թէ նա չի պիտի յիշէ որեւէ բան, որ պատահած է:

Այս մեթոդը կարելի է գործադրել երեխաների կրթութեան գործում, երեխաներին կարելի է պատրաստել այնպէս, ինչպէս իրենց ծնողներն են ցանկանում: Նրանց յոռի սովորութիւնները կարելի է կոտրել, նրանց հետաքրքրութիւնը կարելի է առաջ բերել որոշ դասերի շուրջը: Անհրաժեշտ է, որ երեխան գիտենայ ինչ ներշնչումներ են տրուած իրեն, որովհետեւ հէկն որ նա կիմանայ իրողութիւնը:

ճրանում հակառակութիւն կը զարգանայ եւ կը մերժէ ընդունել ներեւչումները:

Բնական փունը հիպնոսական փունի փոխելու համար, եւ զգոյժ փայլերով մօտենում եմ այն սենեակի դուռը, որի մէջ քնում է մի անձնաւորութիւն: Եթէ դուռը փակուած է, զգուշութեամբ բացում եմ, բայց ներս չեմ մտնում, այլ կանգնում եմ դրսում մի այնպիսի տեղ, որ եթէ պատահմամբ քնողը աչիւրը բացէ, ինձ չը տեսնէ: Հիմա եւ սկսում եմ ցածր ձայնով պատմել ճրան հետաքրքրող մի նիւթից, ապա սկսում եմ աստիճանաբար բարձրացնել իմ ձայնի տոնը: Երբ մի քանի տակ խօսելուց յետոյ զգնում եմ, որ նա չի զարթնում, իմ պատմած նիւթից մի հարց եմ փոխ, եթէ նա պատասխանեց, ապա փոխ եմ եւրոպայի եւ երոպայի հարցը եւ նա արդէն պատրաստ է ընդունելու որեւէ ներեւչում, մինչեւ իսկ կարելի է նրան դնել պայծառատեսութեան դրութիւնում:

ՀԻՊՆՕՍՍՅՈՒՄՆՆ ՆԱՄԱԿՈՎ, ԱՅՑԵՏՈՄՍՈՎ, ՀԵՌԱԳՐՈՎ

ՄԵԹՕԴ 17.—Գրեցէ՛ք ձեր ենթակային մի նամակ հետեւեալ բովանդակութեամբ.—«Երբոր կը կարգաս այս նամակը, քո փունը պիտի գայ եւ իսկոյն պիտի քնես, Քրիտ, Քրիտ»: Ստորագրեցէ՛ք ձեր անունն ու ազգանունը խոշոր տառերով:

Որպէս զի լաւի յաջողութեամբ պատկերի ձեր այս փորձը, աւելի լաւ է, որ ձեր ենթակային հիպնոսացնէ՛ք մի որեւէ մեթօդով, եւ հիպնոսուած վիճակում տւէ՛ք հետեւեալ հիպնոսական ներեւչումը.—«Երբոր քո արթուն վիճակում ինձանից կը ստանաս նամակ կամ հեռագիր, որի մէջ պիտի յիշուած լինի իմ փափաքը, որ դու Քրիտ, դու պիտի քնես իսկոյն»: Կրկնեցէ՛ք մի քանի անգամ այս ներեւչումը եւ արթնցրէ՛ք եւ որեւէ ժամանակ որ նա կը ստանայ ձեզնից այդ մտով մի նամակ, իսկոյն կը քնէ:

ՄԵԹՕԴ 18.—*Հիպնոսացումն թելիֆօնով*.—Ձեր մի զգայուն ենթակային կանչեցէ՛ք թելիֆօնի ապարատի վրա եւ երբ ստուգեցիք, որ նա է, ասացէ՛ք. «Յակոբ, դու փուն ունես, իսկոյն նստի ցած եւ քնի. պիտի քնես մի ամբողջ ժամ եւ մի ժամից յետոյ պիտի զարթնես եւ ըստ ամենայնի քեզ լաւ պիտի զգաս: Քնի եւ մի ժամից յետոյ արթնցիր»: Նա կը նստի արթուի կամ յատակի վրա եւ կը քնէ եւ որոշեալ ժամին կը զարթնէ:

ՄԵԹՕԳ 19. Հրամայեցէք ձեր ենթակային նստել մի արթուի վրա, իսկ դուք կանգնելով նրա առաջը մի մտադրուած ակնարկ նետելով նրա վրա, կամեցէք «*հուն*»։ Մի երկու ռուպէից հանեցէք ձեր գրպանից ձեր ժամացոյցը եւ բռնելով ձեր ձեռքում առագէք. «մինչեւ հինգ ռուպէ, դու պիտի մտնես խոր հունի մէջ: Հինգ ռուպէից դու պիտի մտնես: Քո ամբողջ մկանները թուլանում են, աստիճանաբար փունջ գալու է, եւ մինչեւ հինգ ռուպէն լրանալը դու մտնու ես»: Եթէ ենթական զգայուն է, հինգ ռուպէից նա կը մտնէ:

ՄԵԹՕԳ 20—*Վարկենական Հիպնոսացում*.— Ձեր մի զգայուն ենթակայի վրա կատարեցէք մի շարք Քիզիական փորձեր, ինչպէս, ձեռքերը միմեանց կպացնել, անուրը մտածուած սալ եւ այլն. Ապա հրամայեցէք նրան նստել մի հանգիստ արթուի վրա, եւ մտադրուած մի սուր ակնարկ նետելով նրա աչքերի մէջ, դրէք ձեր աչք ձեռքի մատերի ծայրերը նրա ձախ երեսի վրա եւ թրթռացնելով ձեր մատերի ծայրերը նրա երեսին կպած, եւ շարունակելով նայել նրա աչքերի մէջ դրական եւ վստահ տոնով ներշնչեցէք: «Քո ասամները ցաւում են, ցաւում. *ցաւում*, դու *անկարող ես այդ* ցաւին դիմանալ, երբոր կը համբեմ երեք, անելի պիտի ցաւին»: Ապա համբեմ, «մէկ, երկու, երեք, ՅԱՌՈՒՄ ԵՆ, սաստիկ ցաւում են, չես կարող դիմանալ այդ ցաւին»: Այս ներշնչումները շարունակեցէք կրկնել, մինչեւ որ նա կը սկսի սանջուել ասամների ցաւից: Երբոր արդէն մի երկու վայրկեան նա ցաւերից սաստիկ սանջուեց, արագ կերպով մօտեցէք նրան եւ ձեր ձեռքը դարձեալ դնելով նրա երեսի վրա մի քանի պաստեր անելով ասացէք. «ցաւը գնաց, էլ չի ցաւում, բայց դու փունջ ունիս, փակիր աչքերդ եւ մտնու»: Այս անելիս ձեր ձեռքով փակեցէք նրա աչքերը եւ տուէք քնքեր ներշնչումներ, եւ նա կը մտնէ իսկոյն:

ՄԵԹՕԳ 21.—*Ինչպէս հիպնոսացնել մի խումբ ենթակաների միասին*.— Հրամայեցէք ձեր ենթականերին նստել, նախօրօք շարունակ կիսաբոլորած եւ արթուների վրա. Թող ոտերնին դնեն յասակի վրա յարդ եւ հաւասար, եւ ձեռքերի ափերը դէպի վեր բացած դնեն մէկը միւսի մէջ եւ այդպէս տեղաւորեն ձեռքերը իրենց ազդրերի վրա: Ապա դրէք իւրաքանչիւրի ափի մէջ մի մի փայլուն առարկայ (մի մետաղեայ կոնակ), եւ հրամայեցէք նրանց կենդրոնացնել իրենց աչքերը այդ փայլուն առարկային վրա, անելացնելով, որ այդ փայլուն առարկաները շուտով, մի քանի ռուպէից պիտի յոգնեցնեն նրանց աչքերը, փունջ պիտի գայ եւ խոր փունջ պիտի մտնեն: Երբոր երեք չորս ռուպէ նրանք անթարթ կը նայեն փայլուն առարկաներին, սկսէք սալ նրանց հետեւեալ դրական ներշնչումները.— «Ձեր աչքերի

կ' պիտի ծանրացած են, ձեր բոլոր մկանները թուլացել են, ձեր աչքերը յոգնած են, սաստիկ յոգնած, դուր ֆուն ունիք, ֆուն, շատ ֆուն ունիք եւայլն»։ Երբոր դուր կը նկատէք, որ արգարեւ նրանց աչքերը յոգնել են, հրամայեցէք նրանց փակել աչքերը եւ պիճոյ ֆնել։ Յետոյ իւրաքանչիւրի վրա առանձին առանձին ֆնաբեր պատսեր կատարեցէք միշտ տարբեր ֆնաբեր ներշնչումներ։ Երբ որ կը նկատէք, որ նրանցից մի ֆանիսը արդէն հիպնոսուած են, դրէք ձեր ձեռքը իւրաքանչիւրի գլխի վրա եւ տուէք ինչ ներշնչում որ դուր կը կամենաք։ Նրանք անուշ կատարելու են։

Նրանցից որք որ լաւ չի ֆնած, ձեր ձեռքը դրէք նրա գլխի վրա եւ ներշնչեցէք, որ միւս անգամ նա պէտք է իւր միտքը անելի լաւ կենդրոնացնէ ֆունի գաղափարի վրա եւ պիտի խոր ֆուն լինի։



Արթնցնող պատսեր
Նկար թիւ 8

Դ Ա Ս 18.

ԻՆՉՊԷՍ ԱՐԹՆՅՆԵԼ ՀԻՊՆՕՍՈՒԱԾ ԵՆԹԱԿԱՅԻՆ.

Որոշ կերպով պէտք է հասկանալի լինի, որ ոչ մի վստահ չը կայ, եթէ օպերատոր չի կարողանայ արթնցնել իւր ենթակային։ Միեւնոյն է, թէ ենթական հիպնոսուած է փայլուն առարկայով, ներշնչումով, պատսերով, թէ մտքի գորտուր կենտրոնացմամբ, բաւական է, որ օպերատորի մտաւոր դուրքիւնը լինի խաղաղ եւ ինքնավստահ, նա կարող է արթնցնել։

Երբոր պատսեր էք ձեր ենթակային արթնցնելու, տուէք նրան հետեւեալ ներշնչումները դրական տոնով.—«Ես կամենում եմ, որ դու կամաց-կամաց յետ գաւ հիպնոսական աստիճաններից եւ արթննաս։ Երբոր ես կը հրամայեմ երեք, դու անկարող պիտի գգաս ֆո ֆունը շարունակել. պիտի արթննաս, հէնց որ երեք կատեն»։ Երեք անելիս ծափահարեցէք ձեր ձեռքերը եւ հրամայեցէք, «Արթնցիր»։ Եւ նա կարթննայ։

Թէ որքան ժամանակ կը տեսնէ ենթակայի փունը, եթէ հիպոսիսը նրան չի արթնցնէ, դա տարբեր է լինում իւրաքանչիւր ենթակայի հետ. ոմանք զարթնում են հէնց այն ժամէն, որ օպերատորը ուզում է նրան արթնցնել: Եթէ փունը շատ խոր է, գուցէ նա տեսնէ 5—6 ժամ, եթէ փունը թեթեւ է, ենթական սովորաբար նօրմալ դրութեան մէջ կը մտնէ կարճ ժամանակում:

Եթէ օպերատորը բողնէ ենթակային եւ գնա, դա ինքնին մի ներշնչում է, որովհետեւ նա գիտէ, որ օպերատորը չի կայ եւ ինքն աղետ նրա կօնսրօլի ներքոյ չէ: Երբեմն էլ դժուար արթնցող ենթակային երբ օպերատորը կատէ, թէ եթէ չես արթննալու, ինքը բողնելու եւ գնալու է, այս սպառնական ներշնչումը ազդում է նրան եւ զարթնում է: Կան ոմանք էլ, որ օպերատորի զօրաւոր ներշնչումներից չեն զարթնում, այլ զարթնում են մի անակնկալ ձայնից:

Դ Ա Ս 19.

ԻՆՉՊԷՍ ԱՐԹՆՅՆԵԼ ՈՒՐԻՇԻ ՀԻՊՆՕՍՍՅՐԱԾ ԵՆԹԱԿԱՅԻՆ.

Մօտեցէ՛ք ենթակային եւ նրա վրա մի քանի ժամէն ինքնուրուի պատճառով կատարեցէ՛ք, եւ ինչպէս մի ենթակայի փնտրելիս, նոյնպէս սորան տուէ՛ք փնտրելու ներշնչումներ: Յետոյ դնելով ձեր ձեռքը նրա հակասի վրա, տուէ՛ք նրա անունը, եւ ասէ՛ք, «Դուք խոր փունի մէջ էք, դուք փնտրելու եք, ինչպէս, ինչպէս. դուք անտեսի խոր էք փնտրելու, խոր փունի մէջ էք»: Երբոր ներշնչում էք, «Դուք խոր փունի մէջ էք», ասացէ՛ք այդ խօսքը խոր հրամայական տոնով: Չանցէ՛ք ենթակային դնելու անտեսի խոր փունի մէջ եւ անտես նրան ձեր կօնսրօլի ներքոյ, նախ քան նրան արթնցնելը: Ուղեւորի հնարաւորութիւն ունենալով նրանից իմանալու թէ ձեր երկուսի մէջ հաղորդակցութիւնը սկսել է, տուէ՛ք նրան հետեւեալ հարցը.— «Դուք շատ հանգիստ էք զգում ձեզ, այնպէս չէ՞»: Եթէ նա պատասխանեց, նշանակում է նրա միտքը ձեզ հետ համաձայն (en rapport) է, յարաբերութեան մէջ է. հակառակ պարագային պիտի շարունակել փնտրելու ներշնչումները եւ զայն զանազան տարբեր հարցեր, մինչեւ որ նա կը պատասխանէ: Այս կը հրամայէ՛ք նրան արթննալ եւ կը կատարէ՛ք արթնցնող պատճառը:

ՀԱԼԼՒԻՍԻՆԱՑԻԱ. (HALLUCINATION).—ՉԳԱՅԱՐԱՆՆԵՐԻ ՊԱՏՐԱՆՔ

ԻԼԼՒԻԶԻԱ. (ILLUSION).—ՊԱՏՐԱՆՔ

Սովնամբույական դրուքիւնում ենթակայի զգայարանները երկու ձեւով են խաբուում:

Այդ դրուքիւնում գոյութիւն չունեցող իրերը ենթակային ընդունել սայր կոչում է Հալլիւսինացիա (զգայարանները խաբել): Հալլիւսինացիա առաջ բերելու համար դրէ ենթակային Հիպնոսական երկրորդ աստիճանում, եւ ենթադրենք, ուզում էք, որ նա մի լին յետեւ իր առաջ, դրա համար, բաւական է, որ ներենչէք «Երբ որ այժեռ կը բանաս, եւ առաջ մի լին պիտի տեսնես»: Եւ հրամայեցէք նրան բացել այժեռը (ոչ թէ արթննալ, այլ այժեռը բանալ): Հէնց որ նա կը բացէ այժեռը, ձեր այ ձեռքը նրա այժեռի առաջից աստիճանաբար հետացնելով դէպի յասակը ասէք, «Տես, տեսնում էք այս լինը, ի՞նչ գեղեցիկ լին է», շարունակեցէք նոյն ներենչումները, մի՞նչեւ որ նա լաւ կը տեսնէ լինը: Յետոյ ասելացէք, «Հանիր հագուստներդ եւ նետուիր այդ ջրի մէջ լողա, օղը սափ է եւ դու կը գովանաս»: Նա կը հանէ իր հագուստները, մի՞տ ներհնաւորեալ պահելով իր հագին, կը նետուի յասակի վրա եւ լող կը սայ, երեւակայելով իրան լնի մէջ:

Իլլուզիա է կոչում, երբ ենթակային ցոյց է տրուում մէկ առարկայի փոխարէն մէկ ուրիշ առարկայ: Օրինակ, մի գիւղ եւնք ցոյց տալիս եւ ասում նրան, թէ դա մուկ է, եւ նա կընդունի, մի բառի փոխարէն մի կորստուր անել եւ այլն: Ներենչւած իլլուզիաները կարող են ազդել բոլոր զգայարանների վրա.—Տեսողութիւնը խափելով կարելի է փոխել սենեակը մի փողոցի, պարտէզի, լնի եւ այլն: Լսողութիւնը խափելով կարելի է անժանօթ մարդկանց ձայներ հնչել սալ նրա ականջին, իբր իր ծանօթ բարեկամի ձայնը: Ճաշակելիքը խափելով կարելի է ուտեցնել սալ հում գետնախնձորը դեղձի փոխարէն: Հոտառութեան իլլուզիա առաջ բերելու համար կարելի է ենթակայի թիւն մօտեցնել մի որեւէ հոտ չունեցող առարկայ, եւ ներենչել ինչ անուշահոտութիւն, որ կամենում էք:

Ներենչումով ենթակայի մի քանի զգայարանների վրա կարելի է ազդել միաժամանակ. —օրինակ, ասացէք ձեր ենթակային, «Դու պարտիզումն ես»: Նա ոչ միայն կը տեսնէ պարտեզը, այլեւ կը զգայ ծառերի հպումը, ծաղիկների հոտը եւայլն:

ԱՆԶԳՎՅԱՑՈՒՄՆ (ANAESTHESIA)



«Անզգայացումն»

արթուն վիճակում, ներշնչումով:
Նկար թիւ 9.

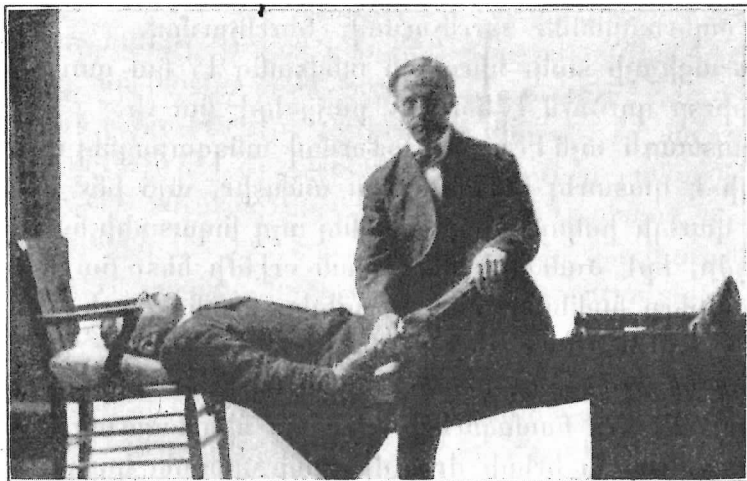
մասներով բռնեցէք նրա երեսի միսը եւ միւս ձեռքով մի մախուր (առանց ժանգի) զնդասեղ զգուշութեամբ անցրէք նրա երեսին: Կարող էք անզգայացնել մարմնի որեւէ մասը, եւ առաջ բերել անզգայացումն: Այսպիսի թերեւ անզգայացումն կարելի է առաջ մի անձնաւորութեան վրա սորթուն վիճակում եւս, որի համար հարկաւոր է սալ դրական ներշնչումներ:

Հիպնոսական ներշնչումով կարելի է անզգայացնել մի հիւանդի մարմնի այս կամ այն մասը: Ժամանակակից վիրաբոյժներից նրանք, որ ծանօթ են ներշնչման օրէնքի հետ, կատարում են վիրաբուժական օպերացիաներ ներշնչումով: Ներշնչումով կատարուած օպերացիայի սակ, հիւանդն անվսանգ է, նա ցաւ չի զգում. եւ նրա սիրքը գործում է նորմալ. բայց եթէ նա չի ընդհանրացել, պատճառն այն է, որ խօրօժօրմով անզգայացնել անելի հետէ է եւ կարելի է կատարել ամենքի վրա անխիտ, այն ինչ ամեն մի հիւանդի չի կարելի իսկոյն հիպնոսացնել այդ նպատակի համար: Ասամնաբոյժը, եթէ ծանօթ է ներշնչման օրէնքի հետ. նա իր հիւանդների ասամները հանելիս կամ նորոգելիս, նրանց ցաւի համար անզգայ է դարձնում իր ներշնչումով:

Ի՞նչպէս առաջ ընրել անզգայացումն: Հիպնոսացրէք ձեր ենթակային մի որեւէ մեքոդով, եւ երբ համոզուեցիք, թէ նա հիպնոսուած է ձեր մի ձեռքի մասերով, նրա մի երեսի վրա մի քանի պատուեր կատարեցէք եւ տուէք հետեւեալ ներշնչումը. — «Քո այս երեսը ցաւի համար անզգայ է, եւ պիտի ծակեմ քո երեսը մի ասեղով, թէպէտ եւ դու պիտի զգաս, որ եւս անց եմ կացնում ասեղը քո երեսին. բայց դու ցաւ չես զգարու. քո երեսի կաշին եւ մկանուկները ցաւ չեն զգում»: Կրկնեցէք այս ներշնչումները մի քանի անգամ, եւ ապա ձեր երկու

ՄԻ ՄԱՍՆԱԻՈՐ ՄԵԹՕԴ, ԿԱՐԾՐԱՑՈՒՄՆ (CATALEPSY) ԱՌԱՋ ԲԵՐԵԼՈՒ ՀՍՄԱՐ

Հիպնոսացրե՛ք ձեր ենթակային ոսի վրա կանգնած: Նրա երկու ոտերը միացրած միմեանց, քեւերը կողերին ցած կախած: Ուղղեցե՛ք նրա վիզը ձեր ձեռքերով, եւ կանգնելով նրա առաջ



Կարծրացումն (Catalepsy)

Նկար թիւ 10

նայեցե՛ք մտաբուած նրա աչքերի մէջ մի փանփառ պէ, մի նշե՛ւ որ տեսնե՛ք նրա աչքերում մտաբուած նշաններ. ապա ձեր ձեռքերով փակելով նրա աչքերը, տուէ՛ք նրան սովորական բուն քերոզ ներշնչումներ, օրինակ, — «Դու բուն ունես, փակիր աչքերդ եւ քնիր, դու շատ բուն ունես, բուն, քնիր, քնիր» եւ այլն: Կրկնեցե՛ք այս ֆնաքեր ներշնչումները մի նշե՛ւ որ նա կը քնէ: Քնելուց յետոյ երկու ձեռքերով նրա մարմնի եւ հագուստի վրայով երկար պասսեր կատարեցե՛ք, սկսած գլխի գագաթից մինչեւ ոտները: Պասսերը նախ պիտի կատարել յետեւից, ողնաշարի ուղղութեամբ, սկսած գագաթից, վերջացնելով մինչեւ ոտները, յետոյ կատարեցե՛ք նոյնպիսի պասսեր նրա առաջի կողմից:

Պասսեր կատարելիս շարունակաբար դրական տօնով ներշնչեցե՛ք մօտաուրապէս հետեւեալը. — «Դու ֆնած ես, ֆնած, խոր ֆնած, ֆո բոյր մկանները եւ ջիղերը կարծրանում են, ֆո ամբողջ մարմինը սկսում է կարծրանալ, կՍԲՐ, կՍԲՐ. դու այժմ կարծրացած ես, կարծր, ինչպէս պողպատ, դու փարեայ արձանի նման կարծր ես, կարծր, կարծր, դու չես կարող ծռուել. կարծր, կարծր, կարծր»: Հէնց որ կը նկատե՛ք, որ նա արդէն կարծրանում է աստիճանաբար եւ կարծրացաւ ամբողջ մարմնով, դրէ՛ք ձեր երկու ձեռքերը նրա թիկունքների մէջ տեղը եւ տուէ՛ք հետեւեալ ներշնչումը. — «Երբոր իմ ձեռքերը, յետ կը

բաժնի և մարմնից, դու պիտի ընկնես յես, կարծրացած իմ բազուկների մէջ»։ Ապա կամաց-կամաց վերցրէ՛ք ձեր ձեռքերը նրա բամակից, նա ընկնելու է ձեր բազուկների մէջ. այժմ զգուշութեամբ նրան պառկեցրէ՛ք յասակի վրա. սալով նրան «կլիֆօթ» ներեցնումը։ Նախօրօք պատրաստի ունեցէ՛ք երկու հաստասուն արձուներ, որոնցից միւրը դրէ՛ք նրա գլխի, իսկ միւրը նրա ոտների մօտ եւ կանչելով ճիգիֆապէս զօրաւոր մի մարդու, դուր ուտերի կողմից, միւսն էլ ոտներից դրէ՛ք նրա կարծրացած մարմինը (զուխն ու ուտերը) մէկ արձուի վրա, ոտներն էլ միւսի։ (Լաւ կը լինի, որ գլխի կողմը մի փափուկ բարձր դնէ՛ք, որ վիզը պաշտպանուի։ Այդ դիրքում դուր դարձեալ մի ֆանի արագ պասսեր անելով, ներեցնեցէ՛ք, «Դու կարծր ես, պողպատի նման կարծր, դու չես կարող ծռուել. և մարմնի վրա մի ֆանի հոգի պիտի նստեն, բայց ծանրութիւն չես զգալու»։ Այժմ դուր կարող է՛ք նրա մարմնի վրա կանգնել, կամ երկու, եւեթ պասանիների հրաւիրել, որ կանգնեն նրա մարմնի վրա։



Կարծրացումն (Catalepsy)
Նկար թիւ 11.

Մի պահէ՛ք ենթակային այս դիրքում երկուր, միայն մի ֆանի վայրկեան բառական է։ Ձեր օգնականի հետ միասին ցած բերէ՛ք ենթակային արձուների վրայից եւ դրէ՛ք յասակի վրա, մի ֆանի արձու պասսեր կատարէ՛ք մտադրուած, եւ ասացէ՛ք, որ նա կարող է փափկացնել իր մկանները եւ կարող է ծռուել, կամ կարող է հանգիստ շնչել եւ արթննալ։ Տուէ՛ք առողջարար ներեցնումներ, նախ ֆան արձուները։

Մտի հիւանդութիւն ունեցող ենթակաների վրա կարծրացման վտրձ չի պիտի կատարել։ Առհասարակ չի պիտի հիպնոսացնել բոլլ սիրտ ունեցողներին։

Ի Ն Ք Ն Ա Ն Ե Ր Շ Ն Չ Ո Ի Մ Ն .

Ինճանեւեանումը մի մտաւոր ներեցում է, որ մէկը կրտսայ ինճն իրեն: Ինճանեւեանուման մէջ անհասը խաղում է երկուրեակ դեր, որպէս ներեցող եւ ներեցչող:

Իւրաքանչիւր անհաս սկսած մանկութիւնից լցնում է իր մտում, ինճանեւեանումով, զանազան տեսակի խորհուրդներ, եւ նրա ենթագիտակցական միտքը լեցուն է այս սպաւորութիւններով: Երբեմն մենք ստանում ենք սպաւորութիւններ ուրիշներից եւ այդ սպաւորութիւնները մեր մտում վերածւում են բառերի եւ որոնք դառնում են մեր ինճանեւեանումները:

Իրականութիւն է, որ եթէ մէկը կը գործածէ իր կամքի հեղինակութիւնը, նա կարող է իր ենթագիտակցական մտում սպաւորել այնպիսի ներեցումներ, որ նա փափաքում է տեղաւորել այնտեղ:

Բոլոր ներեցումները, որոնք մտում եւ մեր ենթագիտակցական մտքի մէջ, յետոյ նրանք դառնում են մեր ինճանեւեանումները: Երբ որ մենք կարողանանք ըմբռնել Ինճանեւեանուման Օրէնքը, մենք կամաւորապէս կը ջոկենք եւ կը ընտրենք այն ներեցումները, որոնց մենք ցանկանում ենք սպաւորել մեր մտում. եւ նրանց ազդեցութեանը մենք նպաստում ենք, մեր կրկնութիւններովը եւ ուշադրութիւնովը:

Մտող կարող է Ինճանեւեանումներով բարձրացնել իր խաւրիկները, իրենից հեռացնել իր հիւանդութիւնները, զարգացնել իր մտաւոր կարողութիւնները, թորափել իրենից բոլոր վատ սովորութիւնները:

Ինճանեւեանում սալը ինճնի մի գիտութիւն է: Գիտենալ ընտրել ներեցումները, ինճնի մի գեղարուեստ է: Ինճանեւեանումներ սալիս պէտք է կամքի ոյժով կենտրոնացնել միտքը այն իդէաի վրա, որը դուք ցանկանում էք սպաւորել ձեր ենթագիտակցական մտքի մէջ: Օրինակի համար, ենթադրենք ուզում էք ձեզ դարմանել կամ ազատել որեւէ ճիգիտական ցաւերից, դուք պէտք է կենտրոնացնէք ձեր միտքը առողջութեան գաղափարի վրա, զորաւոր երեւակայութեամբ, դուք ձեր մտում պէտք է ձեզ տեսնէք կատարելապէս առողջ, ակընկալելով եւ հաւատարմով նրա արդիւնքին: Ձեր բոլոր մտաւոր եւ ճիգիտական ոյժերով պիտի գտաք ձեզ առողջ:

Ինճանեւեանումներ ընդունելու ամենայարմար ժամանակը գիշերն է, երբ կը մտնէք ձեր անկողինը քնելու համար: Փակեցէք ձեր աչքերը, եւ թուլացրէք ձեր բոլոր մկանները եւ ներվերը, եւ բռնեցէք ձեր

ինճնաներեցման խորհուրդը ձեռնարկում է մեծապես: Հեռացրել է մեծից բոլոր ուրիշ տեսակի խորհուրդները, եւ հանդարտեալ վստահութեամբ տարանջատեցրել է կենդանացումը, մինչեւ որ բուժներհիղ կը գայ եւ կը քննէ: Կրկնեցրել միեւնոյն կենդանացումը ամեն գիշեր նոյն ժամին, մինչեւ որ այդ նոր խորհուրդը կը սպասուրի ձեռնարկեալ տեսակցական մեծում:

Երբոր ցատերը ձեռք տանչում են, կամ ձեռք տանչում են վրիպումները առաջ են բերել ձեռք մէջ յուզումներ, վախ, եւ յուսահատութիւն, առանձնացրել մի անաղմուկ սենեակ, եւ նստեցրել մի հանգիստ արոտի մէջ. եւ դրէ ձեռք միտիք ներդաւնակ վիճակում: Մտաւոր խորհուրդների ներդաւնակութիւն միայն այն մասնակ կը լինի, երբ դուք մտաւոր դրակն դրութիւն կունենաւ: Չի կարելի սիրել եւ միեւնոյն ժամանակ ասել. չի կարելի մտածել խաղաղութեան մասին, բայց տակաւին բարկանալ, գայրանալ, կռուել: Ներդաւնակ մտածել նշանակում է լինել խաղաղ մտով, չի բարկանալ չի յուզուիլ, չի թեմամանալ, չի նախանձիկ, այլ սիրել ամենին եւ ներողամիտ գտնուել: Ահա ձեռք մտաւոր դրութիւնը պէտք է այդպէս ներդաւնակ լինի, որպէսզի ձեռք ինճնաներեցումները իր նպատակին ծառայեն:

Նոր-Հոգեբանութեան հայր, Թոմաս Չէյ Հոստոնի* իր «The Law of Mental Medicine» գրքում տալիս է հետեւեալ ինճնաներեցման կանոնները:

1. Զգուշացրել այն բոլոր ներեցումներից, որոնք ցայիս են օտար աղբիւրներից, որոնք հակառակ են առողջութեան:
2. Եթէ այդ տեսակ ներեցումներ բռնադատում են ձեռք վրա, դուք դիմաւորեցրել նրանց հակառակ ներեցումներով, հաստատական կերպով, ձեռք սեպիական ազատութեան համար, ներեցում ձեռք հիւանդութիւններից:
3. Սեղանի վրա արգելեցրել այն բոլոր խօսակցութիւնը, որոնք ձեռք առաջ դրուած կերակուրների յատկութեանը հակառակ են, մասնաւորապէս այն կերակուրի, որը ենթադրում է, թէ անմարտելի է:
4. Երբէ մի մեծէք տալ մի երեխայի այն կերակուրը, որ նա փափայում է, այն պատճառով, որ իբր թէ վնասակար է: Եթէ դուք շատ ծլատ էք նրա ուզածը տալ, այդպէս ասէք: Բայց եթէ դուք գնահատում էք ձեռք երեխայի առողջութիւնը, երբէ մի ներեցրել, թէ այն կերակուրը, որ նա ուտում է, կարող է նրան «հիւանդացնել»: Առաջինը, որովհետեւ դուք գիտէք, որ ասում էք, եւ երկրորդը, որովհետեւ

Երեխան մի օր պիտի հասկանայ այդ, եւ դրա համար արհամարհելու է ձեզ:

5. Յուսալի խօսեցէք մի խօսնիկական հիւանդի հետ, նրա սիրուն, ձեր սեպհակուն սիրոյն համար, երբոր դուք կը բողբէք նրան, շնորհակալ եղէք Աստուծանից, որ դուք ազատ էք նրա հիւանդութիւնից:

6. Մտածեցէք առողջութիւն եւ խօսեցէք առողջութիւն բոլոր յարմար պարագաներում, յիշելով որ ներշնչման օրէնքի ներքոյ առողջութիւնը կարելի է տարափոխիկ դառցնել, այնպէս, ինչպէս հիւանդութիւնը:

7. Վերջապէս, հանդիպեցէք հիւանդութեան առաջին սիմպտոմին (ախտանիշ) մի զօրաւոր եւ յարատեւող ինքնաներշնչումով, ձեր ազատութիւնը հիւանդութիւնից կամ ձեր կարողութիւնը նետելու այն ձեզնից դուրս: Երբոր դուք գնում էք անկողին, գիշեր ժամանակ, ուղղութիւն տուէք ձեր ենթագիտակցական մտքին գործադրել ինքն իրեն ձեր բուն ընթացքում վերադառնալու նօրմալ դրութիւնների, զօրաւորապէս հաստատելով նրա կարողութիւնը այդպէս անելում: Եւ երբ կարճնաճ առատօտեան ստացէք, մտնով եւ մարմնով այն դիրքը թէ դուք կազդուրած, առողջ եւ զօրաւոր էք: Եթէ այս նախարգել ջանքերը վերիպեն առաջ բերելու փափաքած ազդեցութիւնը, եւ եթէ հիւանդութիւնը գայ ձեզ վրա, դա սխտեմի յանցանքը չէ: Դա նրա համար է, որ դուք լաւ չէք սովորել սկզբունքը յաջողութեան համար: Մտաւոր դարմանները յաջողութեան համար կախում են մտաւոր դրութիւնների վրա, ինչպէս որ ժիզիբական դարմանները կախում են իրենց ազդեցութեան համար ժիզիբական դրութիւնների վրա:

Կրկնենք մի անգամ եւս, որ մարդն օժտուած է երկուրեակ մտաւոր օրգանիզմով.—Գիտակցական եւ ենթագիտակցական: Ենթագիտակցական միտքը հանապազօրէն ենթակայ է կառավարուելու ներշնչման ոյժով: Ենթագիտակցական միտքը կառավարում է ժունգլիաները, զգացողութիւնները եւ մարմնի դրութիւնները: Արդ, եթէ այս առաջարկութիւնները նշմարիտ են, ուրեմն մարդը զօրութիւն ունի հիւանդութիւնը կօնսօլ անելու: Արդէն պարզուած է, որ մարդկային մարմնի մէջ չը կայ հիւանդութիւն, որը ստեղծուած չը լինէր մտքի զօրութիւնով, երբոր միտքը զրգուած է ներշնչումով: Փորձառու բժիշկների կողմից ապացուցուած է, որ խոլերայի եւ տարափոխիկ հիւանդութիւնների ժամանակ զոհերի մեծագոյն մասը վարակում են վախից, այդ վախը ուրիշ ոչինչ չէ, այլ ինքնաներշնչումն կամ ներշնչում:

Երկու կերպեր կան, որոնցով մենք կարող ենք արգելել առողջութեան հակառակ ներշնչումների ազդեցութիւնը. առաջինը գգուեանայ ներշնչումներից, երկրորդը ընդդիմադրել հակառակ ինքնաներշնչումներով: Առաջինը ասելի հետք եւ ասելի ազդեցիկ է, բայց այդ ասելի լաւ է այն անձնաւորութեան համար, որի առողջութիւնը չի խանգարուած հակառակ ներշնչումներով: Թէ ինչ է նշանակում «գգուեանայ հակառակ ներշնչումներից», ուզում եմ ասել պէ՛տ է գգուեանայ կարդալուց, խօսելուց, մտածելուց մարդկային մարմնի ախտաբանական (Pathology) դրութիւններից: Մանաւանդ դուք սիրելի ուսանող, որ ակընկալում էք հիւանդներ դարմանել այս ՄՏաւոր-Գարմանումի մեթօդով, մի հետաքրքրուէք հիւանդութիւնների սիմպտոմներ (ախտանիշ) ուսումնասիրելու, որովհետեւ դուք ձեր հիւանդի հիւանդ օրգանը դարմանելիս պիտի ձեր մտնում պակեցեացնէք այդ օրգանը իր նօրմալ վիճակում, առողջ: Այդ դէպքում միայն դուք կարող էք ձեր մտքի կենդրօնացմամբ տեսնել ձեր մտնում այդ օրգանը առողջ, եւ խորհուրդը կը հասնի նրա ենթագիտակցական մտքի մէջ եւ հիւանդը կառողջանայ: Ընդհակառակը երբ կը ծանօթանաք հիւանդութեան սիմպտոմների հետ, բնականաբար ձեր մտքի առաջ պիտի պակեցեանայ հիւանդ օրգանը հիւանդոտ, ախտաւոր, եւ հիւանդը պիտի անգիտակցաբար ստանայ ձեր ախտաւոր ներշնչումները կամ խորհուրդները:

Հարբեցողների համար յանախ լսել ենք, որ ասում են, թէ նա հարբեցող է նրա համար, որ անկարող է նա դիմադրել խմելու պահանջին, եւ նա չի կարող այդ փորձութեան յաղթել, քանի որ ոգելից ըմբելիքները ծախում են: Այս ներշնչումները մտնում են հիւանդի մէջ կրկնութիւններով եւ նրանք հաւատում են այդ խօսքերին եւ նկատում իրենց անօգնական, որի հետեւանքն այն է լինում, որ նրանք չեն փորձում դիմադրել, որովհետեւ նրանց ինքնաներշնչումն այն է, թէ նրանք չեն կարող թողնել հարբելը: Բարեբաղդաբար հոգեբոյժը իր դրական ներշնչումներով կարող է փոխել նրա միտքը, եւ դրական դառցնել նրա միտքը եւ ընդ միտք դադարեցնել ոգելից ըմբելիքների գործածութիւնը:

Եթէ ուշադրութիւն դառցնէք, պիտի տեսնէք, որ բոլոր խօսիկական հիւանդները, մի մասնաւոր հակում ունեն շարունակ իրենց հիւանդութեան մասին խօսելու, մանաւանդ երբ որ նրանք գտնում են մի համակերպ լսողի: Նրանք չեն ինչայել եւ ամեն պարագայի սակ, ամենամանրամասնօրէն կը պատմեն իրենց քաւած տառապանքներն ու տանջանքները: Նրանք անսահման ետական են: Նրանց վշտերի, տառապանքների, ցաւերի եւ հիւանդութեան նշանների գրոյցները, շատ անգամ պատճառ են դառնում

պարզամիտ լսողին եւս իւրացնելու նոյնանման սիմպսոմներով հիւանդութիւններ: Հիւանդի իսկական բարեկամները պիտի արգիլեն նրան իր մօտ այցելութեան եկողներին պատմել իր հիւանդութիւնից: Չը պիտի համակրել կամ փաջալերել հիւանդին, բարեկամների համակրական խօսքերը ներշնչումների արժէք ունին, որոնք հիւանդի ախտաւոր մտաւոր դրութիւնը աւելի կը հաստատեն եւ աւելի կը անեցնեն (Hudson):

Ինքնաներշնչում գործադրելով մի առողջ մարդ կարող է մշտական առողջ պահել իր միտքն ու մարմինը, ստանալով միտք Դրական Մտաւոր Դրութիւն եւ արգիլելով բոլոր բացասական խորհուրդների մուտքը: Ինքնաներշնչումով մի հիւանդ անձնաւորութիւն իր յարատեւ ներշնչումներով կարող է վերստանալ իր առողջութիւնը, բաւական է, որ նա թողնէ բոլոր բացասական խորհուրդները, թողնէ յուզումը, սրճնեղութիւնը, վախը, յուսահատութիւնը եւ ընդհակառակը ընդունի Մտաւոր Դրական Դրութիւն եւ առողջութեան գաղափարը ուժեղ կերպով ընդգրկէ, զօրաւոր փափաք ունենայ կատարելապէս առողջութիւն ունենալու եւ հաւաստայ որ պիտի ունենայ եւ չի կասկածի իր մտքում եւ ակնկալէ: Այս ինքնաներշնչումներն եթէ գործ կը դրուի կատարելապէս, յարատեւ կրկնութիւններով, անուշտ են նրանք պիտի սպաւորեն հիւանդի ենթագիտակցական մտքի մէջ եւ ենթագիտակցական միտքը կը կատարէ լիովին գիտակցական մտքից տրուած բոլոր ներշնչումները եւ ուղղութիւնները:

Կան հիւանդներ, որոնք յարատեւական կամակորութեամբ անկարող են հասկանալ Ներշնչական-Դարմանումի ամենապարզ օրէնքները, այդ տեսակ մարդկանց համոզել չի կարելի, մինչեւ որ նրանք կուրենան յուսալի կամ թէկուզ պատսիւ մտաւոր դրութիւն: Այդպիսի հիւանդները մի մասնաւոր հանդիս են զգում ասելու, թէ նրանք ոչ մի օգուտ չեն տեսել Ներշնչական Դարմանումից: Ի գուր է, ոչ մի վիճաբանութիւն նրանց չի կարող համոզել, որ նրանք շարունակաբար ինքնաներշնչումներ ընդունեն, բայց նրանք մտաւոր դարմանումների մէջ չեն փնտրէ իրանց առողջութիւնը, այլ մասերեալ դեղօրայքի մէջ, այդպիսիներին պէտք է խորհուրդ տալ որ զննան այն բժշկի մօտ, որի վրա վստահութիւն ունեն, բժշկի պատրաստած բժշարի կամ հացի դեղահասը կը փրկէ նրան, որը Ներշնչական Դարմանումի սխտէմի մէջ կոչում է «Իմականոր Ներշնչում»:

ՅԵՏ-ՀԻՊՆՕՍԱԿԱՆ ՆԵՐՇՆՁՈՒՄՆ այն ներենչումն է, որ տրում է մի հիպոսուած ենթակայի, որը պիտի ներգործէ նրան արթնանալուց յետոյ, ապագայում, մի շարք, մի ամիս կամ մի տարի յետոյ: Ենթական չի յիշում ներենչման մասին, բայց երբ նշանակած ժամանակն հասնում է, նա առանց գիտենալու, թէ ինչ պատճառով, բայց նա կատարում է մի տեսակ մղումով, իմպուլզով: Եւ այդ իմպուլզը հէնց ձեր ներենչումն էր, որ նրան տուած էիք մի ամիս կամ մի տարի առաջ, երբոր դուք նրան հիպոսուացրած էիք: ՅԵՏ-Հիպոսուական ներենչումներ տալիս, դուք դրական կերպով պահանջեցէք նրանից այսինչ բանը անել այսինչ ժամանակ երբոր կարթնանայ, միեւնոյն ժամանակ ասելով, որ այն ժամանակ նա ոյժ չի ունենալու դիմադրելու: Կրկնեցէք այս ներենչումները երկու, երեք անգամ ներ: Դուք, ապա, արթնցէք ձեր ենթակային սովորական մեթոդով եւ նա ոչինչ չի գիտէր, թէ նա ի՞նչ է անելու մինչեւ որ ժամանակը կը հասնի, նա պարզապէս կառավարուած է մի փափագով որոշ բաներ անելու եւ ոյժ չի պիտի ունենայ դիմադրելու: Այս է ՅԵՏ-Հիպոսուական ներենչումը:

Մի հիւսանդի հիպոսուական բուժի ընթացքում, նրա առողջութեան համար տրուած ներենչումները բոլորն էլ «ՅԵՏ-Հիպոսուական» ներենչումներ են:

Դ Ա Ս 25.

ՄԵԹՕԳ 22.— ԻՆՔՆԱՀԻՊՆՕՍԱԿԱՆ ԴԱՐՄԱՆՈՒՄՆ.

Այս սխսէմը մի ինքնաարուեստական բուն է, որը ստացում է կամով, կենտրոնացումով եւ միտքը կառավարելով:

Առանձնացէք մի սենեակում եւ յուսամուտի փեղկերը կամ վարագոյրները զցցեցէք, որ մի քիչ մուր լինի, եթէ ցերեկ է: Ապա պառկեցէք մի փափուկ գահաւորակի վրա, եւ թուլացրէք ձեր բոլոր

ջիղերն ու մկանները եւ մնացե՛լ հանդարտ եւ խաղաղ մտնով: Ապա ձեր կամքի ոյժով կենտրոնացրե՛ք ձեր միտքը «**Բունի**» գաղափարի վրա, որի ընթացքում դուք ձեր մտքում կատարելապէս պիտի վստահանա՞ք ձեր ենթագիտակցականութեան, ակընկալելով եւ հաւատալով, որ ձեր Բունի ընթացքում նա պիտի հսկէ ձեր մարմնին եւ նրան պիտի դնէ նորմալ վիճակի մէջ եւ դուք պիտի առողջանա՞ք: Բուն մտնելուց առաջ դուք վստահօրէն ձեզ ներօնջեցե՛ք այն ժամը, որ դուք ուզում էք արթնանալ, եւ կարթնանա՞ք ուղիղ ձեր որոշած ժամին:

Եթէ դուք միայն կարողանա՞ք առաջ բերել Ինքնա-Հիպնոսացումն, եւ մտնել հոգեկան այդ դրութեան մէջ օրական մի անգամ, դուք կարող է՛ք վստահ լինել, որ պիտի ունենա՞ք կատարելա՞յն առողջութիւն:

Դ Ա Ս 26.

ԻՆՉՊԷՍ ՃԱՆԱԶԵԼ ՄԻ ԼԱՒ ԵՆԹԱԿԱՅԻ.

Մի լաւ ենթակայի առաջին էական որպիսութիւնը այն է, որ նրա կենդրոնացումի կարողութիւնը լաւ մշակուած է: Գրեթէ անկարելի է որեւէ մէկի համար հիպնոսական մի փորձ կատարել սկար միտք ունեցող մէկի վրա, այսինքն մի անձնաւորութեան վրա, որն անկարող է կառավարել իր խորհուրդները: Իրականութեան մէջ ենթական ինքն է, որ առաջ է բերում հիպնոսական երեւոյթները, քան թէ օպերատօրը, որովհետեւ նա պարզապէս օգնում է ենթակային կենդրոնացնել իր միտքը ներօնջման վրա: Եթէ մի անձնաւորութիւն կարող է մտածել որեւէ բանի վրա որեւէ ժամանակով, եթէ նա կարող է համոզել իր միտքը այն խորհուրդի համար, որ դուք կամենում է՛ք փոխադրել եւ մնալ մոռացկոտ իր շուրջը գտնուած անձնաւորութիւններին կամ իր շուրջը գտնուած բաներին, նա մի լաւ ենթակայ է:

Երբոր ձեռք բերե՛ք մի այդպիսի ենթակայ, խնդրեցե՛ք նրանից նստել մի սթոռի վրա

հանգստանալու համար եւ ջանալ իր միտքը պատրաստել ֆնելու համար. ասացէ՛ք, որ նա շատ յոգնած է եւ պիտի հանգստանայ: Դուք կարող է՛ք նրա անաչ կանգնել կամ նստել. բայց միտք դուք նրանից բարձր դիտում, որպէսզի ձեր այժեռին նայելիս, ստիպուած զգայ այժեռը բարձրացնել ձեր այժեռին նայելու համար. սա կը յոգնեցնէ նրա օպտիկ ներվը անելի շուտ: Նայեցէ՛ք ուղղակի նրա այժեռի մէջ եւ ձեր միտքը կենտրոնացրէ՛ք ձեր գործի վրա. սպա սկսէ՛ք ձեր ներհնումները: Ահա այստեղ է, որ ձեր տիրող ձայնը շատ օգտակար է: Դուք պէ՛տք է շատ ձեր ներհնումները այնպիսի մի տոնով, որ ձեր ենթակային ֆունը կը բերէ: Ասացէ՛ք, «Այժմ մի մտածէ՛ք, այլ ֆնեցէ՛ք, երեսակայեցէ՛ք թէ դուք շատ յոգնած է՛ք եւ դուք պիտի հանգստանա՛ք, եւ այսպէս հանգստանալուց յետոյ պիտի ֆնէ՛ք: Մտածեցէ՛ք, թէ որքան լաւ բան է յոգնելուց յետոյ հանգստանալը: Մտածեցէ՛ք, որ դուք ֆնելու է՛ք եւ կարիք ունիք հանգստանալու: Դուք շատ յոգնած է՛ք, եւ դուք պիտի ֆնէ՛ք հանգիստ եւ խաղաղ»: Կրկնեցէ՛ք այս ներհնումները կրկին եւ կրկին անգամ, մի այնպիսի ձեւով, որ ձեր ձայնը ունենայ ֆուն բերող տոն, եւ միտք առանձին եռանդ գործ դրէ՛ք «Քուն» բառն արտասանելիս: Ապա դուք կարող է՛ք շարունակել ձեր ներհնումներն ասելով «դուք ֆնելու է՛ք, դուք ֆնաս է՛ք, դուք չէ՛ք կարող բաց պահել ձեր այժեռը, դու շատ ֆուն ունիս, ֆուն ունիս եւ յոգնած ես. այժմ փակիր այժեռը, դու պիտի ֆնես հանգիստ ֆնով: Դուք յոգնած է՛ք, ֆուն, ֆուն ունիք, հանգիստ ֆնեցէ՛ք: Դուք արդէն այժմ ֆնած է՛ք, խորը ֆնած» եւ այլն: Կրկնեցէ՛ք այս ներհնումները երեքից մինչեւ տասը րոպէ եւ դուք շուտով նրան կը զսնէ՛ք ֆնած: Մինչեւ անգամ երբոր դուք կը կարծէ՛ք թէ նա ֆնած է, սակայն լաւ է, որ շարունակէ՛ք ձեր ֆնաքեր ներհնումները կրկնել, ասելով նրան, որ նա բոլորովին հանգստացած է եւ զգում է թարմացած: Երբոր նա ֆնեց, դուք կարող է՛ք ասել նրան, որ նա պիտի արթննայ իսկոյն, երբ դուք կը հրամայէ՛ք: Երբոր դուք կուզէ՛ք արթնցնել նրան, ասացէ՛ք, «երբոր ես կը համեմ երեք, դուք պիտի արթննա՛ք եւ անելի լաւ պիտի զգա՛ք, քան թէ դուք երբէ՛ք զգացել է՛ք ձեր կեանքում: Մէկ... երկու... երեք... Արթնցէ՛ք»: Այս պէ՛տք է ասել ուժեղ եւ դրական կերպով, կամ կարող է՛ք ձեր երկու մասերը նրա ականջի սակ շառաչել եւ ասել, «Արթնցէ՛ք, արթնցէ՛ք»:

ԻՆՉՊԷՍ ԿՍՌՍՎԱՐԵԼ ԵՐԵՒՍՆԵՐԻՆ ԵՒ ԶՍՐԳՍՅՆԵԼ ՆՐԱՆՑ ՄՏԱՒՈՐ ԿՍՐՈՂՈՒԹԻՒՆՆԵՐԸ

Շաս քիչ ծնողներ իրազէկ են ներենչումի արժէքի հետ, կամ ներենչումի ազդեցութեանը երեխի մտաւորականութիւնը եւ բարոյականութիւնը մեակելիս: Մինչդեռ մարդկութիւնը սովորաբար ամենասուր կերպով զգայուն է ներենչման: Երեխայի կեանքի առաջին մի քանի տարիները գործնականապէս ամբողջութեամբ ենթակայական է, որովհետեւ երեխի առարկայական միտքը բաւականաչափ չի զարգացած, որ նա կարողանայ պատճառաբանել, նրա զգայուն ենթագիտակցական միտքը ստանում է ամեն սպաւորութիւն, մինչեւ իսկ դուր չէ՛ ակնկալել, որ երեխան այդպէս սպաւորած է. եւ ճակատին այս սպաւորութիւնը կարող է ազդել իր ամբողջ կեանքում:

Ծնողքը պէ՛տ է շատ վաղ սկսեն մարզել եւ կրթել իրենց երեխաներին, եւ նոյն պէ՛տ է, որ մի յսակ ծանօթութիւն ստանան մտքի երկուրորեան մասին, որպէսզի նրանք կարողանան իմասուն կերպով մեակել երեխայի մտաւոր կարողութիւնները: Շասերը հակում ունին մտածելու, թէ անօգուտ է երեխայի կրթութեան ուսուցումը զառցնել, մինչեւ որ նա բաւական կը մեծանայ եւ կարող կը լինի պատճառաբանել:

Ահա այստեղից է սկսում այն լուրջ սխալը: Թողնել երեխային, որ նա հետեւի որեւէ ներենչման կամ սպաւորութեան, դուր շուտով պիտի տեսնէ՛ք, որ թէեւ դուր ենթադրում էիք թէ երեխան շատ փոքր է հասկանալու համար, նա արդէն զարգացել է իր մէջ այդ սովորութիւնը կամ հակումը, որը հաւանականաբար կը վերցնէ տարիներ նրանից ազատելու համար:

Միջավայրը կաղապարում է մաքուր կեանքը եւ բաղդը, աւելի քան ժառանգականութիւնը, մասնաւորապէս այս ճշմարիտ է երեխայի կեանքում:

Մանուկը, իր երեխայական կեանքի ընթացքում այնպիսի մի մտային վիճակումն է, որը նմանում է մի հիպնոսուած ենթակայի, որովհետեւ նրանք չեն պատճառաբանում, այլ ընդունում են որեւէ սպաւորութիւն, որ տրուում է: Որովհետեւ երեխայի առարկայական միտքը չէ զարգացած, չի կայ ինքնա-ներենչում եւ նրա իմացական ծանօթութիւնը շատ սահմանափակ է: Եւ որովհետեւ երեխան շատ զգայուն է եւ հեշտութեամբ սպաւորող, նրա մայրը պէ՛տ է սովորեցնէ բարութիւն եւ սէր, ոչ միայն

ներհնչումով, այլ օրինակներով, երեխաները իրենց խաղի ընթացքում եւ բոլոր իրենց գործողութիւններում, առաջ են բերում այն սպաւորութիւնները, որ նրանք ստացել են օրինակներով: Երեխաներին դաստիարակելիս օրինակն անելի նշանակութիւն ունի, քան թէ յարատեւ յանդիմանութիւնն ու յանցանք գտնելը, որովհետեւ երեխայի համար շուտով սովորական կը դառնայ այդ սպաւորակները, հետեւաբար քիչ ուշադրութիւն կը դառցնէ նրանց:

Ամենալաւ ժամանակը, երեխայի մեքում լաւ գաղափարներ սպաւորելու, այն ժամանակն է, երբ մայրը երեխին կը դնէ անկողին, նրան քնեցնելու նպատակով, եւ իր քնաբեր խօսքերով կաշիստի նրան քնեցնել: Երբոր երեխան քնեց, նրա առաւելայական կամ պատճառաբանող միտքը դադարած է գործելուց, իսկ նրա ենթագիտակցական միտքը, որը երբէք չի քնէր, այդ բարձրագոյն միտքը լսում է մօր բոլոր խօսքերը եւ երբ նրանք հասնում են երեխայի ենթագիտակցական մեքին, այնտեղ թողնում են ուժեղ սպաւորութիւն: Մայրը իր իմաստուն ներհնչումներով կարող է ուղղութիւն տալ երեխայի խորհուրդներին: Այս դրութիւնում ուղղել եւ կազմակերպել նրա խարակները, ստեղծել նրանում հսկայ հետաքրքրութիւն իր այս կամ այն դասերի համար եւայլն: Մայրը պիտի մասնանիւրէ իր որդուն կեանքի գեղեցկութիւնները եւ նրա՝ ուշադրութիւնը չի պիտի երբէք հրաւիրէ որեւէ անհանդիմանութիւն վրա: Նա պիտի նրա մեքի մէջ սպաւորէ ուրախ եւ երջանիկ տրամադրութիւն: Երբէք չի պիտի վախեցնել մի երեխայի մութից, կայծակից, փոքորկից եւ պիտի մեծ ջանք գործ դնել սպաւորել նրա մեքում բոլոր նախապատշաճութիւնների հակառակ խորհուրդներ:

Երեխան բարոյապէս այնքան էլ զօրաւոր չէ, եւ չար երեխաների օրինակը, ինչպէս ստեղծում սովորութիւն, խափելու սովորութիւն եւ այլն, կը ստեղծէ նրա մէջ եւ կը թունաւորէ նրա միտքը, եթէ մայրը մեծ նախազգուշութիւն ձեռք չի առնիլ նրանց արգիլելու:

Ինչպէս վերեւ ասացիք, երեխային պիտի կառավարել, նախ քան նրա աշխարհ գալը: Ծնողները պիտի որոշեն իրենց մէջ, թէ ինչ խարակներ կամ բնաւորութիւն են նրանք փափաքում, որ իրենց երեխան ունենայ, եւ ըստ այնմ բռնեն իրենց խորհուրդները այդ նպատակի համար, մօր մատուցել խորհուրդները, բարի թէ չար, ներգործում են իր արգանդում գտնուած երեխայի վրա, ուստի մայրը իր յղութեան ընթացքում պիտի ջանայ իր խորհուրդները ներդաւնակ պահել, եւ երեւակայել, որ իր որդին մի ազնիւ, բարձր, իմաստուն, բարի եւ առողջ երեխայ է: Մայրը իր այդ վիճակում չի պիտի

բարկանայ, զայրոյթ, յուզում, վախ չի պիտի ունենայ իր մեքում, որովհետեւ մօր մտաւոր այդ դրութիւնն է, որ երեխան ծնունդ է հիւանդութեան եւ չարութեան հակումներով:

Ուրեմն երեխան պատասխանատու չէ իր ժառանգած խարակների համար, եթէ նա ունի անհանդի եւ վատ անակորիւններ, որքա՛ մեղքը ծնողներինն է: Շատ դէպքերում երեխան մի անմեղ գոն է եւ դորա պատճառը ծնողների սխալանքներն ու սկարութիւններն են: Եթէ ծնողները գործադրեն իրենց մտաւորականութիւնը, կարող են Տալ իրենց երեխաներին ուրախ տրամադրութիւն:

Երեխան ծնուելուց յետոյ, երբ ծնողները նկատում են նրա մէջ աննորմալ վիճակ, նրանք պէտք է որ զգան եւ համոզւեն, որ նրանք պատասխանատու են երեխի այդ աննորմալ դրութեան, եւ համբերութեամբ, յարատեւութեամբ եւ խաղաղ մեքով պիտի ջանան առաջնորդել նրան. նրանք պիտի խուսափեն յուզուելուց, բարկանալուց, եւ հանդարտ եւ սիրով պիտի վերաբերւեն դէպի միմեանց, եւ ամեն պարագայի Տակ իրենց մտաւոր խորհուրդները դէպի իրենց երեխան պիտի լինեն կատարելալ:

Դ Ա Ս 28.

ՀՈԳԵԲՈՒԺՈՒԹԻՒՆ (PSYCHO-THERAPY)

Հոգեբոյժը հիւանդի դրութեան հետ ծանօթանալուց յետոյ, նա -ցոյց է Տալիս նրան այն բոլոր ախտանիւշները (Symptom), որոնք արդիւնք են պարզապէս ինքնաներեւցման. կամ ստացուած ներեւցումների ազդեցութեան կամ թէ անցելալում նրա ունեցած, մի մտացուած, յուզումի հետեւանքին: Իհարկէ սա մի նոր գաղափար է հիւանդի համար, եւ հաւանական է, որ չընդունի ձեռ բացատրութիւնը իսկոյն եւեթ: Նա ձեղ կատէ, թերեւս կամ կը մտածէ իր մեքում, թէ ինքը վստահ է, որ ինքը մասշէլի, զգայուն չէ, ներեւցում ընդունելու համար, եւ նա չունի ամենափոքր յօժարութիւն անգամ ինքնաներեւցում գործադրելու. բայց հմուտ եւ փորձառու հոգեբոյժը կը զտնէ կեքաը նրա մեքի

մէջ սպաւորելու այդ գաղափարը, նա միևնչեւ անգամ կը պատմէ նրան իր փորձառութիւններէից, որ ունեցել է ուրիշ հիւանդներէ հետ եւ նա կը կատարէ նրա վրա մի քանի ճիգի փորձեր իր ներհնչումներով, եւ դրանով գործնական կերպով կը համոզէ նրան, որ նա զգայուն է եւ կարող է ներհնչում ընդունել:

Հոգեբույժը հիւանդի զգայնութիւնն անելացնելու համար, կարող է նա մի կամ երկու մասերին փաթարել մի պղնձեայ թել եւ թելի միւս ծայրը բռնելով իր մասերի մէջ ներհնչել նրան, թէ շուտով նա պիտի զգայ էլէկտրական կամ կալվանական հոսանք: Հէնց որ նա կզգայ այդ հոսանքը, պէտք է բացատրել նրան որ այդտեղ ոչ էլէկտրականութիւն կայ, ոչ էլ էլէկտրական հոսանք, այդ բոլոր էլէկտրական հոսանքի զգացողութիւնը «ներհնչման» արդիւնք է:

Հոգեբույժը պէտք է համբերող եւ բարեացակամ լինի այսպիսի փորձերում: Նախապաշարումները, խոր արմատ ձգած մեղամաղձոտ գաղափարները, նրա յոռետես զգացողութիւնները, որոնք դառել են նրա համար սովորական, նրանց պիտի հեռացնել քիչ-քիչ, միևնչեւ որ կը կործանուեն եւ կանհետանան իսկական սիմպտոմները (ախտանիշ) ինքնին:

Հոգեբույժը իր բոլոր եռանդով հիւանդի մեքի մէջ սպաւորում է այն գաղափարը, թէ նա հիւանդութիւնները, որոնք արդիւն են ստացուած վաս ներհնչումների, որպէսզի կարողանայ նրան դարմանել, ինքը իր կողմից պիտի ջանայ սպաւորել նա մեքում առողջ խորհուրդներ, եւ առողջ դրութիւն առաջ կը բերուի շարունակական ներհնչումներով, որ ինքը տեսնու է:

Հոգեբույժը վստահացնում է իր հիւանդին, որ նա շուտով քնելու է եւ ցաւերն անհետանալու են, կամ նա կարող պիտի լինի քայլել հաստատուն քայլերով, համոզուած իր մեքում, թէ հիւանդութիւնը ջնջուած է: Իհարկէ կախուած է հիւանդի տիպից, թէ այս տեսակ ներհնչումը կազդէ, թէ ոչ, ամենայն դէպս, հոգեբույժը խօսում է հեղինակաւոր ձայնով, համակրական եւ յուսալից:

Հոգեբույժը չի աշխատում հիպնոսացնել մի նոր հիւանդի այդ օրը, բայց նա իր այդ առաջին դարմանումի վերջաւորութեանը ասում է հիւանդին. — «Դու պիտի քնես այս գիշեր ուղիղ ժամի 10-ին» «Բո ցաւերը պիտի դադարեն, երբոր դու կը մնես քո սան դռնից ներս», կամ տալիս է նա ձեռքը մի նամակ (որը նախօրօք պատրաստած է), «Կարդա այս նամակը երեք անգամ արագութեամբ, ցածր ձայնով. երբորդ ընթերցումի վերջում, վախը իսկոյն պիտի դադարի»: Կան հիւանդներ, որոնց պիտի

ասել «Դուք պիտի ման գաք», եւ ուրիշներին, թէ «Դուք կարող էք ման գալ»:

Որպէս մի մաթերիալ ներենչում, բժիշկները հիւանդներին տալիս են գունաւոր դեղեր կամ համեմուած ջրեր, երբեմն դնում են էլէկտրական գործիքներ նրանց մարմնի վրա, առանց էլէկտրական հոսանքի, երբեմն էլ հիւանդի մարմնից մի փոքր միս կը կտրեն (օպերացիա), հիւանդի մեքի վրա տպաւորելու նպատակով: Շատ անգամ փորձուած է, որ երբ մի հիւանդի ձայնը մտել է եւ անկարող է խօսել երկու եւեմ շաբաթ եւ երբ բժիշկը դնում է իր փոքրիկ հայելին նրա կոկորդի մէջ, որպէս զի կննէ նրա կոկորդը: հիւանդն սկսում է խօսել, կարծելով թէ բժիշկը կատարել է պէտք եղածը իր գործիքով:

Հոգեբոյժն, երբեմն իր հիւանդի թոյլ հաւատն ուժեղացնելու համար ներենչում է, թէ արդէն որոշ օրով լաւութիւնը նկատելի է: Հոգեբոյժը կամ բժիշկը յաճախ իր հիւանդին երկրորդ եւ երրորդ այցելութեան, զարմանօք յայտնում է, թէ նրա արտաքին սիմպտոմները ասելի լաւ են, մտքի գոյնը ասելի յստակ է, կամ զննելով հիւանդի աչքերի կոպերը, ստնում է, նրանցում մեծ փոփոխութիւն կայ:

Կան հիւանդներ, որոնք ուղղակի ձեւով տուած ներենչումներին դիմադրում են, բայց եթէ նրա նկատմամբ եւ նրա ներկայութեանը մէկ ուրիշ հետ սկսէ կամաց ձայնով խօսիլ, օրինակ, «այս պարոնը քաղցած է, շատ քաղցած, որ պէտք է ուտէ եւ խմէ, պէտք է այս գիշեր ժամի 10-ին պառկի եւ կննէ միկնչել լոյս»: Հոգեբոյժը կրկնում է այս միեւնոյն ներենչումները, ի հարկէ տալով ինքն իրեն ասելի լուրջ եւ ձայնի ասելի դրական դրութիւն: Այս անուղղակի ներենչումները կը տպաւորուեն յաճախ յամառ հիւանդների մեքերի մէջ: Մի հիւանդի տուած ներենչումները պիտի մտածուած լինին: Ամեն ոք միեւնոյն ձեւով չի ներենչուիր, եւ այդ ցոյց կը տա ձեզ փորձաւորութիւնը:

Բոլոր այն ներենչումները, որ կը տուի մի հիւանդի, իր բնական վիճակում, եւ արդիւնք կը ստացուի, այդ միայն այն հիւանդներն են, որոնք բնութիւնից զգայուն են եւ ներենչուող:

Հոգեբոյժը իր հիւանդի հետ չը պէտք է ցուրտ կամ կոպիտ վերաբերուի: Նա պէտք է զօրութիւն եւ եռանդ դնէ իր խօսքերի եւ ձեւերի մէջ, միկնչել իսկ հիւանդի հետ ձեռք բոթուելիս, նկուսնը պիտի համակրական լինի: Հիւանդի զգայնութիւնը անում է նաեւ, երբ Հոգեբոյժը խօսում է նրա հետ որոշ մօտօտով: Նա ուզում է թողնել հիւանդի մեքի վրա մի խորհրդաւոր տպաւորութիւն:

Շատ հիւանդներ բժշկել են քրիստոնէական եկեղեցու քահանայի, մահմեդական մօլլայի աղօթքներով:

Շատ հիւանդներ դիպչելով մի սուրբի մասունքին կամ լուացուելով մի հուշակաւոր աւազանում բժշկուած են: Կրօնը այստեղ որեւէ դեր չի կատարում, որովհետեւ նոյնանման բուժումներ կատարում են վայրենի ցեղերի մէջ եւս: Մի գնչուհու տուած քալիսմանը, համայիլը, թեքես առաջ բերէ նոյն արդիւնքը, նոյն հոգեբանական սիւսերը:

Հոգեբանութեան մէջ գործադրուած բոլոր մանիպուլացիաները (պասսեր, Եփումներ, ձեռնով) ներենչումի ձեւեր են: Խօսուած բաները բերանացի ներենչումներ են: Մի առողջութեան խորհուրդ ձեռ հիւանդի համար, որ դուք կազմած էք ձեռ մտնում եւ ուղղուած հիւանդի մտքին մի Մտաւոր Ներենչում է, կամ թէ մի խորհուրդի փոխանցումն ձեռ հիւանդի մտքին:

Բոլոր ներենչումների մէջ, որոնք փոխադրուում են խորհուրդներով, բառերով կամ գործերով, որպէս զի մենք ստանանք նրանցից ամենալաւ արդիւնքները, հիւանդը պէտք է դուրս լինի կրաւորական դրութիւնում կամ մտքի մի ընդունող դրութիւնում:

Բոլոր ներենչումները, բացի հիպնոսական էնի մէջ տրուածները, դառնում են ինքնաներենչումներ, նախ քան նրանք հիւանդի ենթագիտակցական մտքի մէջ մտնելը: Ինքնաներենչումն է, որն առաջ է բերում հիպնոսական փուն, եւ փունն ստացուելուց յետոյ, ներենչումները, որոնք մտնում են հիւանդի ենթագիտակցական կարողութիւնների մէջ ինքնաներենչում չեն, այլ օտար:

Եթէ կան որեւէ ներենչումներ, որ հիւանդի մտնում գոյութիւն ունեն, պիտի ջանանք իմանալ նրանց բնաւորութիւնը, մասնաւորապէս եթէ նրանք արգելքներ են ձեռ հիւանդին բերելու կատարեալ հաղորդակցութեան մէջ: Հիւանդի այդ հակառակ ներենչումների ազդեցութիւնը ջնջելու համար, տուէք աւելի զօրաւոր ներենչումներ նրանց փոխարէն:

Հազարաւոր վաստողներ կան այսօր, որ իրենց հիւանդութիւնները առաջ է եկել այն բանից, որ առաջին անգամ նրանք ենթադրել են կամ մտածել են, որ նրանց մէջ որո՞ւ հիւանդութեան նախաստիճանային փուն ունեն եւ ինչ որ ազդարարուած դեղի ապաւինելով, որպէս զի առողջանայ: Ապրելով շարունակական կեցւով այդ ներենչման ազդեցութեան ներքոյ, այդ մտածումը վերջապէս գորով մտնում է նրանց սեպհական մարմնի մէջ:

Ն Ե Ր Վ Ա Յ Ի Ն Կ Ե Ն Տ Ր Օ Ն Ն Ե Ր .

Ֆիզիքական մարդն ունի ոսկրային կազմուածք, անթերի բոլոր իր մասերում. Մարդու ոսկորների վրա պառկած են մկանուկներ, սարածելով բոլոր ուղղութեամբ եւ նրա միջոցով են շարժում ոսկորների սարքեր յօրինուածքները: Մարդն ունի, դարձեալ ներվեր, անթերի բոլոր իր մասերում, ընթանալով երկարութեամբ եւ հիւսուելով մկաններին, պատելով մի հիւսուածք, նման սարդի ոսայնի: Բոլոր սորանց վրա մի մտտ ծածկոց կայ, այն նպաստելով, որ նրա շակր գտնուած նուրբ մեխանիզմը պահպանէ վնասից:

Այս բաղադրեալ մեխանիզմի սարքեր մասերը մտքի կօնսոյի ներքոյ են, եւ միտքը կասարում է իր ճանցցիակաները ներվային սխտէմի միջոցով. Երկու խոշոր ներվային սխտէմներ կան մարդկային օրգանիզմի մէջ. Մէկ սխտէմը կոչուում է Զգայուն (sensory) սխտէմ, միւսը շարժիչ (motor) սխտէմ: Այս վերջինը երբեմն կոչուում է համակրական (sympathetic) ներվային սխտէմ:

Միտքը կօնսոյ է անում ճիզիքական օրգանիզմը, մեծաւ մասամբ, եթէ ոչ ամբողջութեամբ, համակրական ներվային սխտէմի միջնորդութեամբ: Մարդկային մարմնի մէջ գոյութիւն ունեցող որոշ մասեր, որոնք ներվի—ոյծի մեծ կենդրոններ են: Այս կենդրոններում երկու սխտէմներն էլ հանդիպում են եւ հիւսում են միմեանց մէջ մի ձկնորսական թողի կամ սարդի ոսայնի նման եւ նրանք կոչուում են ներվահիւսակ (plexus): Հոգեբոյժերից շատեր այս ներվահիւսակներիցն են դարմանում հիւանդութիւնները:

Մարմնի մէջ գոյութիւն ունի հինգ ներվային մեծ կենդրոններ, որոնք պառկած են գլխի սկզբնաւորութիւնից սինջեւ ողնաշարի վերջաւորութեանը, ողնաշարի շարքի երկու կողմերի երկարութեանը: Այդ ներվահիւսակներից մէկը տեղաւորուած է ծոծրակի սկզբնաւորութեանը, ուր միանում է ուղեղի հիւնը, եւ որը կոչուում է ծոծրակի-ներվահիւսակ: Ծոծրակի ներվահիւսակից հոգեբոյժը իր Տափաքաճ ձեռնեղով եւ մատրութեամբ դարմանում է բոլոր գլխի վրա գտնուող օրգանների հիւանդութիւնները. վզի եւ կոկորդի հիւանդութիւնները: Այս ներվահիւսակից ընթանում են ներվերը,

որոնք կառավարում են գլխի օրգանները, ինչպես աչքերը, փթթը, ականջները, լեզուն և այլն: Բազուկների ներվահիւսակը տեղաւորուած է ծոծրակի ներքեւի մասի վրա և գնում է բազուկների առաջնակողմը և թեւի սակը: Բազուկների ներվահիւսակից ընթանում են այն ներվերը, որոնք կօնսոյ են անում բազուկները և ուտերը: Երկու թիկունքների մէջտեղի ներվահիւսակը կոչւում է կռնակի ներվահիւսակ: Կռնակի ներվահիւսակից ընթանում են այն ներվերը, որոնք կառավարում են թոփերը, կոկորդը, սիրտը, լեարդը և աղիքները: Ստամոքսի ետեւը գտնուում է Արեւգակնային ներվահիւսակը, որից ընթանում են ներվեր, որ կօնսոյ են անում ստամոքսը և մարսողական գործարանները: Ուրեղ որ բարակ մէջքն է, այնտեղ գտնուում է Մէջքի ներվահիւսակը, որից դարմանուում են Մէջքի ցարը (lumbago): Հինգերորդ ներվահիւսակը գտնուում է ողնաւարի վերջաւորութեանը, այդտեղից դարմանանում են նոյն անունով օրգանները, ինչպէս սեռական օրգանները և մարմնի վերջաւորութիւնները (ոսքերը):

Ողնաւարի երկարութեան վրա նրա երկու կողմերում տեղաւորուած են երեսուն և մէկ զոյգ ներվեր, որոնք տարածուած են ծոծրակային ներվահիւսակից մինչեւ իրանի վերջաւորութեանը և այդ ներվերը կօնսոյ են անում ամբողջ մարմինը:

Հոգեբոյժը հիւանդի վրա Ընդհանուր Դարմանում է սալիս, իր այ ձեռքի ափովը արագ-արագ խփում, զարկում է հիւանդի ողնաւարի երկու կողմերի վրա, վերեւից մինչեւ ներքեւ, մտադրուած, որ կազդուրէ ամբողջ ներվային սխւէմը, և երբ ուզում է անեցնել արեան շրջանառութիւնը և սալիս է հիւանդին ներեցումներ, ասելով, թէ այս դարմանումը պիտի անեցնէ արեան շրջանառութիւնը: Եթէ նոգեբոյժն ուզում է դանդաղեցնել շրջանառութիւնը, ինչպէս ջերմի ժամանակ, նոյն ձեռով, իր բաց ձեռով խփում է նրա ողնաւարի երկարութեամբ, մարգելով իր մտադրութիւնը, որ շրջանառութիւնը դանդաղի, նոյնպէս սալիս է ներեցումներ:

ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԴԱՐՄԱՆՈՒՄՆ.

Մի հիւանդի դարմանելու համար ճոզեբոյժը գործադրում է նախ՝ իր մտադրութիւնը, սալիս է ներենչումներ եւ դնում իր ձեռքը հիւանդի հիւանդ մարմնի վրա: Նա դորանով նպասակ ունի փոխելու հիւանդի ծուռ-խորհուրդները եւ նրա ենթագիտակցական մտնում սպաւորելու առողջութեան գաղափարը: Հոգեբոյժը «ձեռք դնելով» հիւանդի ցաւօս տեղի վրա դարմանում է նրան: «Ձեռք դնելով» նա կենտրոնացնում է իր միտքը եւ իր մտնում, կամ մտքի աչքում, նրան տեսնում առողջ: Ձեռք դնելը, մանաւանդ լաւ է, նրա համար, որ դա մի տեսակ մաքերիպ ներենչում է, թէ շատ դէպքերում «Ձեռք դնելու» ներենչումը աւելի շուտ է հասնում ենթագիտակցական մտքին:

Օրինակի համար դուք դարմանելու էք մի անձնաւորութեան, որի գլուխն է ցաւում. նախ դրէք նրա միտքը պատասխան դրութեան մէջ, յետոյ ձեռք ձեռքերի ափերը միմեանց փոխելով լաւ տաքացնելուց յետոյ, աչք դրէք ծոծրակի ներվահիւսակի վրա եւ ձախը նակասին: Այժմ մարզանքի դրէք ձեռք մտադրութիւնը, միաժամանակ ձեռք աչք ձեռքից ուղարկեցէք թրթումներ դէպի ձախ ձեռքը: Թրթումներ առաջ բերելու համար, կծկեցէք ձեռք բազուկի երկնիւղեայ մկանները եւ այդպէս ուղարկեցէք մեղմօրէն դողողացող շարժումներ ձեռքին. ձեռքը պիտի պահել իր տեղի վրա անշարժ, թրթումների շարժումները պէտք է աննկատելի լինեն, թէպէտ նրանց ազդեցութիւնը ձեռք ձեռքից կը գնայ հիւանդին, եւ այդ թրթումներն եւս մի տեսակ մաքերիպ ներենչում է հիւանդի ենթագիտակցութեանը շուտ հասնելու տեսակէտից: Այժմ հարցրէք հիւանդին, թէ նա զգում է այդ թրթումները, իհարկէ հիւանդը կը պատասխանէ «այո»: Այդ ցոյց է սալիս, թէ նա ուշադրութիւնը կենտրոնացած է եղել այդ թրթումների վրա եւ նրա ենթագիտակցական միտքը եւս կենտրոնացած է նոյն տեղի վրա: Երբուր գիտակցական եւ ենթագիտակցական մտքերը այդպէս կենտրոնացած են, այս թրթումների ներենչումը պիտի առաջ բերէ առողջ դրութիւն հիւանդ օրգանների մէջ, պիտի գտնէ բնական ենթագիտակցական մտնում եւ պիտի կատարէ իր գործը:

Ուրեմն հիւանդի վրա «ձեռք դնել» ծառայում է այն բանին, որ հիւանդի ենթագիտակցական

մտում արսկէ ներենչումը: Հիւանդը պիտի տեսնէ, որ սախացած ձեռքերը եւ նրանցից զնացած թրթումները, որպէս մի յաւելուած ձեռք դնելուն, սասկացնում է Ճիզիբական զգացողութիւնը եւ գրաւում գիտակցական եւ ենթագիտակցական մտքի ամբողջ ուշադրութիւնը այն մասնաւոր տեղի վրա, ուր դուած են սախացած ձեռքերը եւ տուած թրթումները:

Դարմանումները երկու դասի է բաժանուած.—

«Ընդհանուր Դարմանում» եւ «Մասնաւոր Դարմանում»: Ընդհանուր դարմանում՝ սալիս, մենք նպատակ ունինք ազդելու ամբողջ Ճիզիբական կազմութեանը, մասնաւոր դարմանումի մէջ մենք նպատակ ունինք ազդելու կամ փոխելու միայն մարմնի մի մասը կամ օրգանը կամ ժուկցիան: Ընդհանուր դարմանում սալիս, նստաքէ՛ք հիւանդին մի արձուի վրա կամ պառկեցրէ՛ք նրան քախսի վրա, եւ սկսելով ծոծրակի ներվահիւսակից, ողնայարի երկու կողմերի վրայով, ձեռք աչ ձեռքով զարկէ՛ք միմնչեւ նրա մարմնի վերջաւորութեանը, թող ձեռք ձեռքի հարուածները լինեն մեղմ, որ ցաւ չի պատճառէ հիւանդին: Ձեռք ձեռքի հարուածները ողնայարի երկու կողմերի վրա, որտեղ դասաւորուած են երեսուն եւ մէկ գոյգ ներվերը, նոտա կը սկսեն իրենց գործունէութիւնը, նոր կեանք կը մտնէ նրանց մէջ:

Թէ ընդհանուր եւ թէ մասնաւոր դարմանումի յաջողութիւնը կախուած է այն ազդեցութեան վրա, որ կատարուում է հիւանդի ենթագիտակցականութեան վրա մտադրութեամբ, ներենչումով եւ ձեռք դնելով. եւ ներենչումն ու մտադրութիւնը ազդեցիկ կը դառնայ այն չափով, ինչ չափով որ հիւանդի միտքը ընդունող է դէպի հոգեբոյժի դրական դրութիւնը: Ուրեմն առաջին գործը, նախ քան դարմանել սկսելը, լինի ընդհանուր թէ մասնաւոր դարմանում, հոգեբոյժը պէ՛տ է դնէ հիւանդի միտքը պասսիւ, ընդունող դրութեան մէջ: Հասկացող եւ փորձառու հոգեբոյժը առանց հիւանդին պասսիւ դրութեան մէջ դնելու, նա չի սկսիլ իր դարմանումը:

Պասսիւ դրութիւն ասելով, չենք ուզում ասել հիպնոսական դրութիւն: Պասսիւ դրութեան մէջ գիտակցական միտքը հանդարտ է, հիւանդը չի դիմադրում: Հիւանդը կասկած չի պիտի ունենայ իր մտքում, նոյնպէս եւ հոգեբոյժը պիտի վստահութիւն ունենայ իր վրա: Երբոր հոգեբոյժը կը մտենայ հիւանդին անսահման վստահութեամբ, հիւանդի ենթագիտակցական միտքը կը ընդունի այդ վստահութիւնը եւ նրանից կազդուի: Այս վստահութիւնը ձեռք կը բերուի միայն այս սկզբունքներին լիակատար ծանօթութիւնից: Եթէ ձեռք ծանօթութիւնը թերի է, վստահութիւնն էլ նոյն չափով անկատար

է, ուսի ընելացրէ՛ք ձեզ բոլոր սկզբունքների հետ, որ գործ էք դնում եւ նրան գործադրելու օրէնքի հետ, մի՛նչեւ որ դուք ինքներդ համոզուած կը լինէք, որ ԳիՏէ՛՛ք եւ ոչ թէ հաւատում էք:

Ապա հրահանգեցէ՛ք ձեր հիւանդին փափկացնել, թուլացնել իր մարմինը եւ իր միտքը պահել խաղաղ, ընդունող վիճակում: Ապա ձեր խորհուրդը կենտրոնացրէ՛ք նրա վրա, մի՛նչեւ որ նա պասսիւ կը դառնայ: Ապա դնելով ձեր ձեռքը հիւանդի հիւանդ մասի վրա, որին եւ միացրէ՛ք ներշնչումները եւ այսպիսով մօտեցէ՛ք նրա ենթագիտակցական մտքին եւ հիւանդի ենթագիտակցական մտքի կասարեայ յիշողութիւնը կը գործէ տուած ներշնչման վրա եւ կը բժշկէ իր սեպհական հիւանդացած մարմինը:

Ընդհանուր Դարմանում սալիս, դուք պէ՛տք է ձեր հիւանդին պառկեցնէ՛ք մի թաղթի վրա, առանց այ կողմի վրա պառկած: Ապա սկսելով ծոծրակից, որտեղ գլուխը միանում է, եւ ձեր մասների ծայրերով շարժեցէ՛ք այդ կողմի վրա գտնուած մկանները դէպի վեր եւ դէպի դուրս, մեղմօրէն, բայց շատ խոր եւ ամբողջ ողնաշարի սիւնի երկայնութամբ, սկսած ծոծրակից մի՛նչեւ նստատեղը. կրկնեցէ՛ք այս մանիպուլացիաները հինգ րոպէ եւ միշտ սկսէ՛ք ծոծրակից եւ ասի՛հանաբար իջէ՛ք ցած: Նոյն ձեռով վարուեցէ՛ք հիւանդի միւս կողմի հետ, նոյնպէս հինգ րոպէ: Եթէ կը պատահի՛ք այնպիսի մկանների, որ ձեռք սալիս դիրազգած է երեւում, գործածեցէ՛ք ձեր ձեռքի ափերը այդ մկանունքների վրա, եւ բոլորածեւ շարժումով ննուսնուս տուէ՛ք այդ մկաններին:

Ապա տեղաւորեցէ՛ք հիւանդին իր մէջքի վրա, եւ դրէ՛ք ձեր շաքարած ձեռքերը նրա թոքերի, ստամոքսի, լեւորդի, պանգրէտայի եւ երիկամունքների վրա, ուղարկելով թրթուսներ այս տարբեր օրգանների միջով: Ապա ձեր ձեռքերի ափով գործ դրէ՛ք բոլորածեւ կամ թաւալող շարժումներով ամբողջ օրովայնի վրա, շփելով այ կողմից դէպի ձախ (բոլորածեւ):

Արեան շրջանառութիւնը հաւասարեցնելու համար, մարմնի ցածր վերջաւորութիւններում, բռնեցէ՛ք նրա մէկ ոտից, ծռեցէ՛ք ամբողջ արունքը օրովայնի վրա, յետոյ տարածեցէ՛ք ամբողջ ոտը յետ մի թեթեւ թոթուելով: Դարմանեցէ՛ք երկու արունքներն (ոտ) նոյն ձեռով, հինգ րոպէ մէկը եւ հինգ միւսը: Ապա նրա արունքների մկանները ձեր երկու ձեռքերի մէջ առած, ձեր երկու ձեռքերը բացած դէմ առ դէմ, շարժեցէ՛ք նրա խոր մկանները: Նրա բուն ոտները ձեր ձեռքերով մի քանի անգամ սեղմեցէ՛ք եւ բաց թողէ՛ք: Եւ ձեր մտադրութիւնը պիտի լինի, այդ բոլոր շփումներով, հրաւիրել արեան շրջանառութիւն: Բազուկները նոյնպէս պիտի դարմանել այս ձեռով: Սրանք կը գրգռեն բոլոր վերջաւորութիւնների:

մկանների մէջ ԵՐԶԱՆԱՌՈՒԹԻԱՆ, եւ սալով թրթռումներ տարբեր օրգանների միջով, կը գրգռէ ԵՐԶԱՆԱՌՈՒԹԻԱՆը այդ մասում:

Ապա փակեցէ՛ք հիւանդի աչքերը, բռնելով ձեռքն աչքն աչքն ծածրակից վերեւ, ուղեղի խորքի վրա, միւս ձեռքն էլ նրա նակասին, եւ այդ դիրքում հրահանգեցէ՛ք ձեռքն հիւանդին ստանալ խոր շնչառութիւն, մինչեւ որ նա ամբողջութեամբ կը թուլանայ, մարմինը կը փափկանայ:

Դ Ա Ս 30.

ԻՆՉՊԷՍ ԱՐԵԱՆ ՇՐՋԱՆԱՌՈՒԹԻՒՆԸ ՀԱՒԱՍԱՐԵՑՆԵԼ.

Պառկեցրէ՛ք ձեռքն հիւանդին երեսն ի վայր եւ սափացնելով ձեռքն ձեռքերը, ուղեղի ստորին մասից, ծածրակի սկզբնատրութիւնից, ողնաշարի սիւնի երկու կողմերի վրայով, մինչեւ նստարանը, կամ ողնաշարի վերջատրութիւնը, վերից ներքեւ շփեցէ՛ք ձեռքն ձեռքերի ափերով, միշտ վերեւից դէպի ներքեւ երեք ռոպէի չափ: Եւ յետոյ նոյն ձեռքով սկսէ՛ք շփել նստարանից սկսած դէպի մարմինը, անեցնելու համար նստարանի ԵՐԶԱՆԱՌՈՒԹԻԱՆը. ապա բոլորածեւ շարժումով շփեցէ՛ք ողնաշարի երկու կողմի մկանները դէպի վեր եւ դէպի դուրս: Եւ դարձե՛ք հիւանդին եւ պառկեցրէ՛ք նրան մէջքի վրա եւ բոլորածեւ շփելով գնացէ՛ք կուրծքի եւ փորի վրա, միշտ աչից դէպի ձախ. ապա ծնեցէ՛ք սրունքները դէպի որովայնը եւ տարածեցէ՛ք նրան, այսպէս մի քանի անգամ: Նոյնպէս շարժեցէ՛ք, փակէ՛ք եւ բացէ՛ք բազուկները: Ապա կանգնելով հիւանդի գլխի կողմը մէկ ձեռքով բռնեցէ՛ք նրա գլխից, ծածրակից եւ միւսը դէպի թուրք ներքեւ եւ երկարացրէ՛ք զգոյշ կերպով դէպի ձեռք, այդ վիզը երկարացնելիս, դառնրէ՛ք նրա գլուխը մէկ աչք եւ մէկ ձախ, այն նպաստելով, որ արթնցնէ՛ք վզի մկանները եւ այս ձեռքով դուրս կը նետէ՛ք ամբողջ մարմնի մկանները գործունէութեան մէջ եւ առաջ բերել ԵՐԶԱՆԱՌՈՒԹԻԱՆ ամեն մասի մէջ եւ առնելով խոր շնչառութիւն, բոլոր ժամանակ այս շարժումների ընթացքում, պիտի հաւասարեցնէ՛ք արեան ԵՐԶԱՆԱՌՈՒԹԻԱՆը ամբողջ մարմնի մէջ:

Ինքզուրու Դ.Ա.ՐՄԱՆԵԼ ԶԱՆԱԶԱՆ ՏԱՐԲԵՐ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐ «ՆԵՐՇՆԶԱԿԱՆ-ԴԱՐՄԱՆՈՒՄՈՎ»,
«ՄՏԱԴՐՈՒԹԵԱՄԲ», «ՀԻՊՆՕՍՍԿԱՆ-ՆԵՐՇՆԶՈՒՄՈՎ», «ԶԵՌՔ ԳՆԵԼՈՎ»:

Այս դասը ձեզ պիտի ցոյց տայ, թէ ի՞նչպէս իւրաքանչիւր հիւանդութիւն դուք կարող էք դարմանել, թէ մի հիւանդ անձնաւորութեան հիպոստական քնի մէջ դնելով, եւ թէ առանց հիպոստական քնի, ձեր «Մտադրութիւնով», «Ներենչումով», «Մտաւոր Դարմանումով» ձեր «Զեռները հիւանդի վրա դնելով»:

Հիւանդի ենթագիտակցական մտքին ներենչումով հասնելու համար երկու նամբայ կայ, մէկը հիւանդի արթուն վիճակում, միւսն էլ հիպոստական դրութիւնում:

Եթէ չի կարելի առաջ բերել հիպոստական դրութիւն, ներենչումը պիտի տալ երբոր հիւանդն արթուն է: Դուք չէք կարող հիպոստացնել ամեն մէկին, որ դուք կը փորձէք, բայց դուք կարող էք դարմանել ամեն մէկը ներենչումով: Ներենչումները պիտի տալ այնպէս, ինչպէս թէ հիւանդը հիպոստում լինէր: Այս դրութիւնում պիտի մեծ հոգ տանել ներենչելիս, որովհետեւ գիտակցական միտքը կը դիմադրէ այն բոլոր ներենչումներին որոնք հակառակ են նրա պատկանութեան: Մի անձնաւորութիւն, որ տանջուի է զլիսացաւով, դուք չէք կարող ասել նրան թէ ցաւ չունի, որովհետեւ դա հակառակ է նրա ժամօրութեան, եւ ձեր տուած ներենչումը պիտի հերձուի հիւանդի գիտակցական մտքի կողմից:

Երբոր հնարաւոր է հիպոստացնել մի անձնաւորութիւն, շատ լաւ է, որ հիպոստացնէք, որովհետեւ այն մեծ օգուտը որ պիտի ստացուի հիպոստումից հիւանդութիւնը դարմանելիս, կայանում է նրանում, որ տրուած ներենչումները շատ աւելի պատշաճօրէն ընդունում եւ առաջ բերում արդիւններ աւելի կարճ ժամանակում, եթէ ենթական հիպոստում է:

Երբոր ձեր դարմանումը վերջանալու մօտ է տուիք ձեր հիւանդին հետեւեալ յետ-հիպոստական ներենչումները «Երբոր դուք կարթննաք, դուք աւելի լաւ պիտի զգաք ձեզ, քան թէ քու մտն մտնելուց առաջ էիք, դուք աւելի լաւ պիտի զգաք մի ժամ արանից յետոյ, քան թէ զգում էք ներկայումս, դուք պիտի վայելէք ձեր կերակուրները, դուք պիտի լաւ հանգստանաք այս գիշեր, եւ առաւօտեան զարթնելիս դուք պիտի զգաք թարմացած եւ զօրեղացած»: Այս ներենչումները պիտի տալ մի քանի անգամներ, որպէսզի սպաւորեն նրանք հիւանդի ենթագիտակցական մտքի մէջ եւ ապա արթնցրէք:

Հիւանդն արթննալուց յետոյ պէտք է սալ հետեւեալ հրահանգը. «Ես չեմ ուզում, որ դուք որեւէ բան ասե՛ք ձեր դարմանումի մասին որեւէ մէկին, եթէ ձեր ընտանիքը նախապաշարուած է այս սխալմի դարմանումին, դուք չի պիտի թոյլ տայք, որ նրանք ձեզ ասեն, որեւէ բան որ ձեզ կը յուսահասեցնէ»:

Իւրաքանչիւր դարմանում, տարբերութիւն չանէր, թէ ինչ հիւանդութեան համար է տրուում, պէտք է սալ ներշնչումներ ընդհանուր առողջութեան համար:

Բոլոր տեսակի հիւանդութիւնների դարմանումից յետոյ կամ ենթական հիպոստուելուց անմիջապէս յետոյ տուէ՛ք հետեւեալ ընդհանուր ներշնչումները. — «Ձեր մկանները ամբողջութեամբ փափկացած, թուլացած են, ձեր ներվերը հանդարտ են, ձեր սիրտը խփում է կանոնաւորապէս եւ արիւնը իր տղաները կատարում է հաւասար կերպով, մարմնի իւրաքանչիւր մասի մէջ: Ձեր մարմնի ներվային ոյժերը հաւասարուած են, ոչ մի կծկում չի կայ որեւէ մասում»:

Դ Ա Ս 32.

Ն Ե Վ Բ Ա Լ Գ Ի Ս. (NEURALGIA).

Նեվրալգիա նշանակում է ներվերի մէջ ցաւ: Երբոր այդ ցաւը երեսի ներվերի մէջն է, կոչւում է մկանացանց (Tic-douloureux), երբոր նա պատահում է ազդի մեծ ներվի մէջ, կոչւում է ազդերային (sciatica): Մարմնի շատ ուրիշ մասերն էլ երբեմն կենթարկւին այս չարչարող ցաւին, ինչպէս ստամոքսում, արտում, լանջում եւ մասներում: Կա բոլոր ցաւերից ամենադժանն է:

Այս հիւանդութիւնը դարմանելիս, առաջին անգամ դարմանեցէ՛ք նրա ստամոքսը, եւ այնտեղ դուք պիտի զտնէ՛ք խանգարումներ: Ձեր երկու ձեռքերը միմեանց շփելով յաւ սաւացնելուց յետոյ, ձեր աջ ձեռքը դրէ՛ք նրա ստամոքսի վրա եւ ձախը ստամոքսի հակառակ կողմի, մէջքի վրա, եւ զօրաւոր կենտրոնացմամբ մտադրուեցէ՛ք, այսինքն ձեր մտնում, ձեր երեսակայութեան աչքով, տեսնէ՛ք նրա ստամոքսը

նօրմայ, բնական. միեւնոյն ժամանակ ուղարկեցէ՛ք ձեր այ՛ ձեռնով մեղմ քրթումներ ստամոսի միջով դէպի ձախ ձեռքը: Ապա նսեցրէ՛ք նրան մի աթոռի վրա եւ ձեր այ՛ ձեռքը դնելով նրա մարմնի վրա, սկսած ծոծրակից մինչեւ ողնայարի վերջաւորութեանը, վերեւից ներքեւ, արագ-արագ մի քանի անգամ շփեցէ՛ք, մանիպուլացիա կատարեցէ՛ք, մինչեւ որ լաւ կը տախանայ նրա մարմինը. այդ

մանիպուլացիայի ընթացքում ձեր մտադրութիւնը պիտի լինի նօրմայ շրջանառութիւն: Իհարկէ ժամանակ առ ժամանակ, դարմանումի ընթացքում, պիտի տաք նրան ձեր դրական ներշնչումները, ինչպէս, «Ձեր ներվերը հանգստանում են, հանդարտ են, ձեր մկանունները կծկումից ազատում են, շունջով ձեր բոլոր մկանները պիտի փափկանան: Ձեր ստամոսը պիտի գործէ կանոնաւոր, ձեր մէջ մի զօրաւոր պահանջ է առայ՛ գալու ամեն առաւօտ միեւնոյն ժամին արտաբնոց գնալու եւ ձեր փորը պիտի գործէ նօրմայ: Եթէ ներվազեան փունքերում կամ գլխումն է, ապա պէտք է ձեր այ՛ ձեռքը դնէ՛ք նրա ծոծրակի ներվահիւսակի վրա եւ միւս ձեռքը նակասին, եւ մտադրուած ուղարկեցէ՛ք քրթումներ այ՛ ձեռքից դէպի ձախ, հինգ րոպէ: Ապա կանգնելով նրա առայ՛ վզի ողնայարի երկու կողմերում պառկած մկանները ձեր մասներով սկսէ՛ք շփել դէպի վեր եւ դէպի դուրս, այն մտադրութեամբ, որ արեան շրջանառութիւնը հաւասարացնէ՛ք: Նոյն դարմանումը տուէ՛ք օրական մի անգամ, մինչեւ որ հիւանդը կազատուի ցաւերից: Այս միեւնոյն սիստէմով եւ ինքն անձամբ բժշկել եմ բազմաթիւ մարդկանց եւ կանանց, նոյնը յանձնարարում անել եւ ձեզ:

ԱԿՍՆՁՆԵՐԻ ԵՒ ԱՏԱՄՆԵՐԻ ՅԱԻ.

Ամենից ազդու դարմանումը այս ցաւերի համար, մի քաւիինակ չորս ծալելով, դրէ՛ք ականջի վրա, կամ այն ասամի վրա, որ ցաւում է, ապա տեղաւորելով ձեր բերանը քաւիինակին եւ ծանր եւ մեղմ կերպով տաք շունջ փչեցէ՛ք նրա ականջի մէջ: Ոչ մի դարմանում, առանց ներշնչումի, առանց մտադրութեան, առանց ձեր «ձեռքը հիւանդի վրա դնելու» չի պիտի կատարեալ համարէ՛ք: Ձեր մտադրութիւնը պիտի կենտրոնացած լինի հիւանդի ցաւոտ մասի վրա, բայց դուք ձեր մտում նրան պիտի տեսնէ՛ք միշտ առողջ, ոչ թէ մի հիւանդ, որ ցաւեր ունի,—որովհետեւ եթէ ձեր մտադրուած խորհուրդը հիւանդութիւն եւ ցաւ է, այդ խորհուրդը նոյնութեամբ գնալու եւ սպաւորուելու է հիւանդի ենթագիտակցական մտում:

Հիւանդին եթէ հնարաւոր է հիպոստացրէ՛ք եւ կասարեցէ՛ք վերեւ յիշուած դարմանումը եւ տուէ՛ք ձեր ներենչումները, իսկ եթէ չէ, ապա պահանջեցէ՛ք նրանից պասսիւ դրութեան մէջ մտնել եւ իր ռուտորութիւնը ձեզ վրա պահել: Հրամայեցէ՛ք նրան փակել իր աչքերը եւ միտքը հանդարտ պահել: Աչքերը փակելուց յետոյ զօրաւոր մտադրութեամբ մի քանի ռոպէ՛ նրան ձեր մտնում տեսէ՛ք կասարեալ առողջ եւ առանց ցաւի: Թաւելիմակը չորս ծալելով դրէ՛ք նրա ականջի վրա եւ սա՛ր շունչ փչեցէ՛ք նրա մէջ, վեց կամ եօթ անգամ: Ապա մի քանի քաղ պասսե՛ր կասարեցէ՛ք նրա ցաւած ասամի երեսի վրա վերից ներքեւ եւ ներենչեցէ՛ք, «Երբոր աչքերդ բացես, դու ինչ լաւ պիտի գգաս: Երբոր ես կը համրեմ երեք, պիտի բանաս քո աչքերը եւ ինչ բոլորովին առողջ պիտի գտնես: Մէկ, երկու, երեք»: Երեք ասելիս ժափահարեցէ՛ք ձեր ձեռքերը եւ նա կը բանայ իր աչքերը: Ռուտորութիւն դարցրէ՛ք որ հէնց որ նա աչքերը բացեց, դուք նրա առաջը կանգնած լինէ՛ք, որ իսկոյն աչքերը բանալուց կարողանա՛ք նրա աչքերի մէջ նայել եւ արագ-արագ ներենչել, — «Դու բոլորովին առողջ ես, շատ առողջ. եւ այլն»:

Գ Լ Խ Ա Յ Ա Ի.

Բոլոր տեսակ գլխացաւեր դարմանելը, դուք պիտի գտնէ՛ք, որ կարելի է թեթեւացնել մօտաւորապէս իւրաքանչիւր գլխացաւ, մտադրութիւնով, սա՛ր ձեռքով, ներենչումով եւ հիւանդի վզի ողնաւարի երկու կողմերին պառկած մկանները դէպի վեր եւ դէպի դուրս շփելով: Մենք գիտենք, որ բոլոր զործը կասարողը ներենչումն է, մեր սա՛ր ձեռքը, մեզանից գնացած թրթռումները, հիւանդի ֆունկերի մկանները բոլորաձեւ շփելը, մեր մտադրութիւնը բոլորն էլ ներենչումներ են տարբեր-տարբեր ձեւով տրուած: Խորհուրդ եմ տալիս, դնել հիւանդին պասսիւ դրութեան մէջ, փակել սալ աչքերը եւ նախ դնելով ձեր սա՛ր ձեռքերից աչք ծոծրակի վերին մասի վրա, ձախը հակասին եւ մտադրուած աչք ձեռքից դէպի ձախը ուղարկեցէ՛ք թրթռումներ: Քունկերի վրայի մկանները բոլորաձեւ շփեցէ՛ք մի քանի ռոպէ՛, ժամանակ առ ժամանակ դրական տօնով ներենչեցէ՛ք, «Դու հանդարտ ես այժմ, երբոր աչքերդ բանաս, գլուխդ առողջացած պիտի գտնես»:

Ապա կանգնելով նրա առաջ ձեր երկու ձեռքերի մասերով նրա ծոծրակի երկու կողմերում պառկած մկանները շփեցէ՛ք դէպի վեր եւ դէպի դուրս, ոչ թէ մօրթն է, որ պիտի շփէ, այլ նրանց

ներհեռում պատկած մկանները. միեւնոյն ժամանակ ներեցնեցէք, թէ այդ դարմանումը պիտի դնէ արեան Երջանառութիւնը նօրմալ (բնական) դրութեան մէջ: Եւ երբ կը բանայ աչքերը պիտի զսնէ գլուխը առողջացած: Հրամայեցէք նրան բանալ աչքերը երեք համրելիս, եւ ճիշտ աչքերը բացած բոպէին սուր կեցողով նայելով նրա աչքերի մէջ, ասացէք, «Պու լաւ ես, գլուխդ առողջացաւ, շատ լաւ ես»:

Վ Ե Ր Ք Ե Ր.

Վերքեր դարմանելիս սափացնելով ձեր ձեռքերը մեղմօրէն շփեցէք ներքեւից դէպի վեր, առանց վերքին ձեռք սպառ, գործադրելով ձեր մտադրութիւնը, երակային Երջանառութիւնը անեցնելու նպատակով, որպէսզի կուտակուած արեան դրութիւնը, որ գոյութիւն ունի մարմնի այդ մասում վերանայ. որից յետոյ տուէք ընդհանուր դարմանում, մարմնի ամբողջ Երջանառութիւնն հաւասարեցնելու նպատակով: Եթէ վերքի մէջ թարախի կազմութիւն կայ, դա արդէն խիրուրգի գործ է:

ԿՈՅՐ ԱՂԻՔԻ ԲՈՐԲՈՔՈՒՄՆ (APPENDICITIS).

Տուէք ընդհանուր Դարմանումն Երջանառութիւնը հաւասարեցնելու համար: Իրէք ձեր շափացած աչ ձեռքը հիւանդի կոնակի վրա, ճիշտ ուսուկրի ներքոյ: Գրգռեցէք Երջանառութիւնը ուսուկրից միջեւ բարակ մէջքը, եւ միւս ձեռքը դրէք կոյր-աղիքի վրա, որը զսնուում է որովայնի աչ կողմը, ազդրից մի քիչ վերեւ. գործադրեցէք ձեր մտադրութիւնը գորելու առողջարար արտաթորումներ մեծ աղիքի պատերից: Դարձեալ ձեր երկու ձեռքերը միմեանց շփելով լաւ շափացնելուց յետոյ աչքը դրէք նրա փորի աչ կողմը, ցածր ներքեւ, մեղմ կեցողով շփեցէք դէպի վեր եւ ապա ստամոսի առաջով տարէք ձախ կողմը եւ դէպի ներքեւ շարժումով, հետեւելով մեծ աղիքի ընթացքին: Տուէք հիւանդին այն ներեցումը, թէ արեան Երջանառութիւնը պիտի հաւասարուի եւ փորը պիտի լուծէ ազատ:

ԱՉՔԻ ԱՆՀԱՒՍՍԱՐ ՏԵՍՈՒԹԻԻՆ (ASTIGMATISM).

Իրէք ձեր շափացած աչ ձեռքը ուղեղի խորքի վրա, (որտեղ, որ ծոծրակի վերին մասը միանում է ուղեղի հետ), եւ դրէք ձեր ձախ ձեռքը նրա աչքերի վրա, գործ: դրէք ձեր մտադրութիւնը այն նպատակով,

որ գորութիւն ուղարկուի յայս տուող ներվերին եւ սարով հիւանդին ներճնչումներ, որ անկարգութիւնը պիտի ուղղուի եւ յոյսը պիտի առողջանայ:

ԱԶՔԻ ԲՈՐԲՈՔՈՒՄՆ (CONJUNCTIVITIS).

Դրէ՛ք ձեր ձեռները աչքերի վրա գլխի երկու կողմերից, հարուածելով դէպի յետ գանգի վրա, քաշելու երակային երջանատութիւնը աչքերից. այս կը թերեւսացնէ արեան կուտակումը, գործադրելով ձեր մտաւորականութիւնը հաւասարեցնելու երակներին եւ շնչերակներին, մասակարարելու աչքերին արիւնով: Տուէ՛ք ներճնչումներ, թէ դարմանումից յետոյ երջանատութիւնը պիտի հաւասարի եւ աչքերը պիտի առողջանան:

Մ Ա Ղ Զ Ա Յ Ի Ն.

Տուէ՛ք ընդհանուր Դարմանումն, դնելով ձեր սաքացրած ձեռներից այլ յետեր, երկու թիկունքներին մէջտեղը եւ ձախ ձեռքը առաջ, լիարդի վրա, գործադրելով մտադրութիւնը այն նպատակով որ լիարդը եւ ստամոքսը գործեն կանոնաւոր եւ հաւասարուն նրանց գործունէութիւնը:

ՄԻԶԱՊԱՐԿԻ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆՆԵՐ.

Ընդհանուր Դարմանումն: Դրէ՛ք սաքացրած. այ ձեռքը հիւանդի ողնայարի վերջաւորութեանը վրա զտնող ներվահիւսակի վրա, իսկ ձախ ձեռքը որովայնի նակասի կողմը, միզապարկի վրա, եւ կենտրոնացած մտնով ուղարկեցէ՛ք թրթրումներ այ ձեռքից դէպի ձախը, այն մտադրութեամբ, որ առաջ բերէ՛ք կասարեայ թուլացումն եւ երջանատութեան հաւասարութիւն եւ առաջ բերելով մի առողջ դրութիւն միզապարկում: Տուէ՛ք ներճնչումներ, ասելով «դու պիտի կարողանաս հետքութեամբ կառավարել քո միզապարկը, այժմ այդ օրգանը առողջ է, երջանատութիւնը կանոնաւորուած»:

ՇՆՉԱՓՈՂԵՐԻ ԲՈՐԲՈՔՈՒՄ (BRONCHITIS).

Այս հիւանդութիւնը առաջ է գալիս ցրտառութիւնից, խոնաւութիւնից, չափազանց սափանարուց եւ շատ արագութեամբ ցրտուց եւ ոսկերը կը խոնաւանան:

Երբեմ դէպքերում հիւանդը կ'ունենայ շատ քարձր ջերմ, ցաւեր կրծքում, խստալու զգացում կոկորդում, ցաւեր կրծոսկրի ներքոյ եւ կուրծքի սակ ննուումի զգացում. դժուար շնչառութիւն, հագ ունի, եւ խուխը քիչ կամ չափազանց շատ:

Դարմանումն.—Նստցրէք հիւանդին, ապա սափացրէք ձեր ձեռքերը, դնելով սափացրած ձեր աչ ձեռքը նրա կոնակը, ուսերից վերեւ: Առաջ բերէք շնչումներ, շնչելով արագութեամբ դէպի վեր եւ դէպի ներքեւ այս մասի վրա, պահելով ձախ ձեռքը կուրծքի վրա. եւ գործադրել ձեր կենդրոնացումը այն մտադրութեամբ որ առաջ բերի առողջարար դրութիւններ շնչափողերի մածուցիկ պատերի մէջ:

Հրահանգեցէք հիւանդին խոր շունչ քաշել: Սոր շունչ քաշելու համար անհրաժեշտ է փակել բերանը, թէ շնչելիս եւ թէ արտաշնչելիս եւ շնչել միայն թոքով եւ արտաշնչել նաեւ թոքով: Պիտի շնչել ծանր-ծանր եւ պիտի լեցնել փորը եւ թոքերը թարմ օդով, մի ընդհանր պահելուց յետոյ պիտի արտաշնչել նոյնպէս ծանր-ծանր:

Այժմ կանգնեցէք հիւանդի յետեւի կողմը, դրէք ձեր երկու ձեռքերը նրա կուրծքի վերեւի մասի վրա, ձեռքերը ուղղուած դէպի ներքեւ: Թող հիմա հիւանդը շնչէ խոր կերպով, այն ջանքով, որ նա քարձրացնէ ձեր ձեռքերը, միեւնոյն ժամանակ ներշնչելով, որ այսպիսի մարզանքները պիտի ստեղծէ մի առողջարար արեան հոսումն շնչափողերի հիւանդոս թաղանթների մէջ:

ՄՏԱՄՈՔՍԻ ԿԱՏԱՐՐ.

Տուէք ընդհանուր Դարմանումն Երջանառութիւնը հաւասարեցնելու նպատակով: Ապա տեղաւորեցէք ձեր սափացրած աչ ձեռքը նրա կոնակին, երկու թիկունքների մէջ տեղ, շնչելով դէպի ներքեւ աւելուցով մի քանի ընդհանր: Դրանից յետոյ պահեցէք ձեր աչ ձեռքը կոնակի վրա եւ ձախը ստամոքսի վրա, մարզելով ձեր մտադրութիւնը զրգոնելու առողջ անչասահիւք ստամոքսի մածուցիկ թաղանթների մէջ: Հրահանգեցէք եւ սովորեցրէք հիւանդին խոր շնչառութիւն այն նպատակով, որ անեցնէ թթուածինը արեան մէջ եւ հաւասարեցնէ Երջանառութիւնը:

ՅՐՏԱՌՈՒԹԻՒՆՆԵՐ.

Խորհուրդ տուէ՛ք հիւանդին գիշերը անկողին գնալուց առաջ ամենախիչը տասն եւ հինգ անգամ խոր շունչ փառէ, աստիճանաբար դասարկէ թոքերի օդը. ծանր ամեն անգամ եւ առաջ բերէ, իր կամքի ոյժով ամբողջ սիստէմի մէջ թուլութիւն, եւ կատարէ այս մարզանքը այն մտով, որ յաղթողէ կուսակուած դրութեան, թէ թոքերում եւ թէ գլխում:

Փ Ո Ր Կ Ա Պ Ո Ւ Թ Ի Ի Ն .

Փորկապութիւնը դարմանելիս տուէ՛ք նախ ընդհանուր դարմանում, յետոյ տեղաւորեցէ՛ք ձեր սաքացրած այ ձեռքը նրա ստամոքսի հակառակ կողմը, արեգակնային ներվահիւսակի վրա, ձախ ձեռքը դրէ՛ք մեծ աղիքի ընթացքի վրա. մեղմօրէն շարժելով բոլորածեւ շարժումով այ կողմից բոլորածեւ դէպի ձախ կողմը, ապա կենտրոնացնելով ձեր միտքը այն մտադրութեամբ, որ սիւսլէ կազմել կանոնաւոր անջատահիւթ մեծ աղիքի պատերի մէջ, այն նպատակով, որ իւրօտի աղիքների ներքին պատերը, ազատելով միացած կտորները, շնորհելով մի առողջարար սօն ամբողջ աղիքային կանալին եւ անեցնելով աղիքների կծկուելու գործողութիւնը:

Այս դարմանումը պէ՛տք է կրկնել չորսից մինչեւ եօթ անգամներ, մէկ դարմանում իւրաքանչիւր օրը, որի հետեւանքը կը լինի սովորաբար առողջութեան վերականգնումն եւ աղիքների նօսմալ գործունէութիւնը. սա ոչ միայն փորկապութիւնը կը թթեւացնէ, այլ եւ կազատէ հիւանդին շատ ուրիշ հիւանդութիւններից, որոնք բնական հետեւանքն են այս հիւանդ դրութեան: Ներեցնեցէ՛ք ձեր հիւանդին նաեւ, որ նա ունենայ մի կանոնաւոր ժամ արտաքին զնալու իւրաքանչիւր օր եւ թոյլ չը սայ այդ ժամին ոչ մի բան խանգարել իրեն: Խորհուրդ տուէ՛ք ձեր հիւանդին ամեն գիշեր անկողին գնալուց առաջ բաց օդում խոր շունչ փառել, եւ խոր շունչ փառելիս նա ինքը ուշադրութիւն պիտի դառննէ, որ խոր շունչը լեցուի որովայնի մէջ, որը պիտի օգնէ աղիքների կծկումներին եւ որի արդիւնքը կը լինի ազատ լուծում յաջորդ առաւօտեան:

Փ Ո Ր Լ Ո Ւ Ծ Ո Ւ Թ Ի Ի Ն .

Դրէ՛ք ձեր սափացած աչ ձեռքը արեգակնային ներվահիւսակի վրա, մարգելով մսադուրբիւնը հաւասարացնելու եւ գրգռելու լիարդի պօրտալ (portal) արեան երակը, որ հաղորդակցութիւն ունի լիարդի հետ եւ աւեային երջանառութիւնը եւ անեցնելու լիարդի գործունէութիւնը:

Տուէ՛ք հիւանդին այն ներշնչումը, թէ բնական փանակութեամբ անզասանիւքեր պիտի կազմուին: Հրահանգեցէ՛ք հիւանդին դնել ինքն իրան հանգիստ դուրսեան մէջ եւ հանգստանալ կասարեալապէս, սովրեցրէ՛ք նրան թուլացնել մկաններն ու ներվերը եւ լինել հանդարտ եւ փորլուծութիւնը պիտի դադարի:

ԴԵԶԻՆՏԵՐԻ (DYSENTERY) ԱՐԻԻՆԱԽԱՌՆ ՓՈՐԼՈՒԾՈՒԹԻԻՆ .

Հիւանդին խոր շնչել տուէ՛ք, երջանառութիւնն հաւասարեցնելու համար: Դրէ՛ք ձեր աչ ձեռքը ողնայարի վրա, հիւս նստատեղիի վերեւը, (որտեղ գտնուում է այն ներվային կենտրոնը, որը կառավարում է որովայնի ներքեւի մասը, սեռական օրգանները եւ ամբողջ սրունքներն եւ ոտերը) եւ դրէ՛ք ձախ ձեռքը մարմնի հակառակ կողմը, այն մսադուրսեամբ, որ հաւասարի երջանառութիւնը աղիքների ներքեւի մասում եւ ստեղծելով մի առողջարար դուրսիւն մածուցիկ թաղանդի համար: Նոյնպէս գրգռեցէ՛ք բոլոր գործարանները առողջ հիւրանչասութեան համար: Սովրեցրէ՛ք հիւանդին խոր շունչ փաշել այն մսադուրսեամբ, որ առաջ բերէ իր մարմնի մէջ կասարեալ թուլացումն, կասարեալ հանգստութիւն եւ փուն:

Ն Ե Ր Վ Ա Յ Ն Ո Ւ Թ Ի Ի Ն .

(Հիւանդոտ հոգեկան զայլույթ)

Հիւանդը շատ նեղութեամբ կը զայրանայ. նեղութեամբ կը գրգռուի, փոքր բաների վրա կը յուզուի, խանգարելով մարմնի բոլոր ճունգլիաները:

Դարմանում.— Տուէ՛ք Ընդհանուր Դարմանում: Առաջ բերէ՛ք մի կասարեալ թուլացման դուրսիւն, եւ

հիւանդին ընդունել տուէ՛ք մի պասսի (հանդաս) դրութիւն: Դարմանեցէ՛ք usամոսը, լեարդը եւ պանկրէասը, այնպէս որ դժուարամարտութիւնը ոչնչանայ: Տուէ՛ք նրա փորկապութեան համար իր յատուկ դարմանումը: Դե՛րք հիւանդը մէջքի վրա պառկած դրութիւնում, ձեր այ՛ ձեռքով բռնեցէ՛ք նրա ոտը եւ ձախ ձեռքով նրա ծունգը եւ ծռեցէ՛ք ամբողջ ոտը դէպի որովայնը, առանց ձեր ձեռքերը՝ իրենց տեղերից փոխելու, եւ պահէ՛ք այդ դիրքում մի քանի րոպէ եւ կրկին յետ սանելով սարածեցէ՛ք ըստ առաջնոյն, այս բարձումները կատարեցէ՛ք վեց անգամ, ապա անցնելով հիւանդի միւս կողմը նոյն բարձումները կատարեցէ՛ք նաեւ այդ կողմի վրա: Այս բարձումները կը հաւասարեցնէ արեան շրջանառութիւնը, եթէ ի հարկէ, այդ բարձումներին կը միացնէ՛ք ձեր զօրաւոր խորհուրդը, այսինքն, հիւանդի շրջանառութիւնը կը տեսնէ՛ք մեքի աջում կատարելով:

Եթէ ձեր հիւանդի վրա մի քանի ժիզիֆական փորձեր ձեր ներհնչումներով կատարելուց յետոյ, կը գտնէ՛ք նրան զգայուն, հիպնոսացրէ՛ք եւ տուէ՛ք նրան ընդհանուր ներհնչումներ նրա առողջութեան վերաբերելով, եւ ներհնչական այդ դարմանումից յետոյ քողէ՛ք որ մի ժամ մնայ հիպնոսական վնի մէջ ամեն օր:

ԹՈՒԹՔ, ՏԵՌԱՏԵՍՈՒԹԻՒՆ (ՄԱՅԱՍԸԼ).

(Վերջին աղիքի Լորձնատը Թաղանթի արեան անօթի Ուոյցք).

Դարմանումը.—Տուէ՛ք Ընդհանուր Դարմանումն: Հաւասարեցրէ՛ք շրջանառութիւնը ընդհանուր սխտէմի մէջ: Ապա դե՛րք ձեր ճակատը ձեռքերը, մէկը միզապարկի վրա, միւսը ողնայարի ամենավերջին ծայրի վրա, ուղարկեցէ՛ք թրթռումներ, այնպէս որ նրանք հասնեն վերջին աղիքին, մասնաւորապէս նրա ցածր մասին: Հինգ րոպէ այս դարմանումը բարունակելուց յետոյ ձեր ցուցամասը վեզելիքով իւղելով, մեքէ՛ք նրանք զգոյց կերպով եւ աստիճանաբար, վերջին աղիքի մէջ, եւ շատ զգոյց կերպով բարձեցէ՛ք ներքին մկանները մէկ կողմից միւսը, այդ թեթեւ ննուները արիւնը դուրս կրճղեն անօթներից, որոնք ինքնին ոյժ չունին իրենց նօսմալ շրջանառութիւնը կատարելու, եւ երկար ժամանակ մնալով նոյն տեղում կազմած այդ ուռերը, որը կոչում է մեր լեզուով Տեռաստութիւն, բուրբերէ՛ն լեզուով «Մայասը»: Այս դարմանումը կարելի է թաղ ամեն տեսակ տեռաստութեան համար լինին նրանք արիւնօտը, կամ դուրս ցցում: Դուրս ցցում տեռաստութիւնը, պէ՛տք է միշտ ձեր մասով ներս, իր

սեղր դնէ՛ք, նախ քան ներքին դարմանումը սկսելը: Այս դարմանումը կատարելով դուք պիտի տեսնէ՛ք արիւնը այդ յեցուած պարկերից դուրս հանել եւ ուղարկել սիստէմի մէջ եւ երբ մի անգամ արիւնը պարկի նման անօթներից յետ կը քաշուի եւ կը գնայ սիստէմի մէջ, անօթների պատերը պիտի կծկուեն, եւ սպով այս դարմանումը երկու կամ երեք անգամներ շարքաւան, դուք պիտի գտնէ՛ք, որ արիւնը գոհացուցիչ է, եւ ընդհանուր կերպով վերցրած, հիւանդը բժշկուում է:

Հիւանդին ձեր մասով ներքին դարմանումը վերջացնելուց յետոյ, դուք պէ՛տք է նրան պառկեցնէ՛ք իր մէջքի վրա, եւ նրա ոտերը պիտի ծռէ՛ք դէպի իր որովայնը եւ դարձեալ փոքր թոթուելով պիտի յետ տարածէ՛ք, իւրաքանչիւր ոտնէն առանձին կերպով, մօտաւորապէս հինգ րոպէ իւրաքանչիւր տունքը: Այս դարմանումը սպով դուք գործունէութեան մէջ է՛ք դնում մարմնի ցածր վերջաւորութիւնները, որոնք պիտի անեցնեն շրջանառութիւնը այս մասերում եւ հրաւիրելու արիւնը մի կողմ ներքեւի մասից: Վերջին աղիքից, որը այնտեղ չափազանց քանակութեամբ էր կուտակուած:

Մէջքի ՑԱԻ (ՂՈՒԼԻՆՃ).

(Րէվմատիական կամ նեվրալգիական ցաւ մէջքի մկանունքների մէջ)

Դարմանում. — Տուէ՛ք Ընդհանուր Դարմանումն: Ապա հիւանդը թող պառկի երեսն ի վայր, դէ՛ք ձեր սաքացրած ձեռքերը մէջքի վրա, ձեր ձեռքերի ափերով տրտեղէ՛ք բարակ մէջքի ողնայարի երկու կողմերի մկանները դէպի վեր եւ դէպի դուրս: Ձեր նկատմանից մկանունքները գուցէ սաստիկ ցաւին, դուք տրտեղէ՛ք նրանց ամբողջութեամբ առանց ուշադրութիւն դառցնելու, թէ դուք նրան ցաւ է՛ք պատճառում, դուք հրաւիրեցէ՛ք արիւնը դէպի այս կողմերը ձեր մտադրութեամբ, եւ թեթեւացրէ՛ք այն կարծրացած դրութիւնը, որ գոյութիւն ունի այս մկանունքների մէջ, եւ հէ՛նց որ այս մկանունքները ամբողջութեամբ կը փափկանան եւ շրջանառութիւնը վերսին կը հաստատուի, արդէ՛ն նա բժշկուած է:

ԷԿԶԵՄԱ (ECZEMA), ՄՈՐԹԻ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆ.

Էկզիման մի ոչ սարափոխիկ Մորթի Հիւանդութիւն է. մորթի վրա դուրս կը գան փոքրիկ բօսիկներ, գոյները կարմիր են եւ կ'եռայ: Երբեմն թեփեր ունի:

Հիւանդն ունի դժուարամարտութիւն, փորկապութիւն, ընդհանուր ներվային թուլութիւն:

Դարձանումն.—Տուէք Ընդհանուր Դարմանումն: Առաջ բերէք կասարեալ թուլացումն կամ դրէք հիւանդին մի պասսիվ դրութեան մէջ: Հիպնոսացրէք ձեր հիւանդին եւ նրա սիստէմից դուրս բերէք բոլոր ներվայնութիւնը ձեր ներենչումներով, սպաւորեցէք նրա մտնում յոյս եւ հաւատ եւ բուռն փափաք այդ հիւանդութիւնից ազատելու, եւ մարտողութիւնը կասարեալ. տուէք փորկապութեան համար ներենչումներ: Սովորեցրէք հիւանդին առաւօտ եւ երեկոյ բաց օդում, ոտի վրա կանգնած իր էթով շունչ փաշտել, հանդարտ եւ երկար, եւ դարձեալ իր էթերով կամաց-կամաց բաց թողնել. սա կը նպաստէ նրա արեան շրջանառութիւնը հասասարեցնելում: Մրա ամբողջ մտաւոր դրութիւնը եւ Ֆիզիքական մարմինը, ամբողջ սիստէմը երբ կարողացաք վերականգնել ձեր մտադրութեամբ եւ ներենչումներով, էկզիման ինքնին կանհետանայ:

ԱՆԿՈՂՆՈՒՄ ՄԻՉԵԼ.

(Անկամաւոր կերպով միզել քունի ընթացքում, ժամաւորապէս երեխաների մէջ):

Դարձանումն.—Եթէ հիւանդն զգայուն է, հիպնոսացնելով նրան ներենչեցէք, թէ նախ քան միզելը, գիշերը իր անկողնում, նա պիտի արթննայ եւ գնա արտաթորում միզել եւ վերադառնայ իր անկողնում քնել: Այս ներենչումները պիտի կրկնել մի դրական տոնով. եւ պիտի ջանալ այդ խորհուրդը ուժեղ կերպով սպաւորել նրա ենթագիտակցական մտքի մէջ:

Իսկ եթէ հիւանդը զգայուն չէ ներենչումի, ապա տուէք Ընդհանուր Դարմանում, դնելով ձեր տաքացրած ձեռքերից աչք միզապարկի վրա, իսկ ձախը ողնայարի վերջին ոսկորի վրա, տուէք թրթռումներ այն մտադրութեամբ, որ հաստատէ նորմալ շրջանառութիւն այդ մասում: Ապա նրան մէջքի վրա պառկեցնել, նախ աչ ոտը եւ յետոյ ձախ ոտը, նրա կողմերին կանգնել բռնեցէք ձեր երկու ձեռքերով նրա ոտը եւ ծռեցէք միմեկը նրա որովայնը մի քանի անգամներ, նոյնն արեւ եւ միւս արունքը կամ ոտը: Միեւնոյն ժամանակ տուէք զօրաւոր ներենչումներ, թէ նա քնից պիտի զարթնէ նախ քան իր տեղերում միզելը, ինչպէս սասցիմք վերեւ:

Տ Ե Ն Դ, Ձ Ե Ր Մ.

Տուէք ընդհանուր դարմանումն: Գործեցէք ամբողջութեամբ ողնայարի սիւնի վրա, այն մտադրութիւնով, որ երջանատութիւնը հաւասարուի մարմնի բոլոր մասերի մէջ եւ պակասացնէ ջերմը: Տուէք այն ներեցումը, թէ ջերմը պիտի թողնէ եւ հիւանդը շատ անդի լաւ պիտի զգայ: Եթէ մարմնի որեւէ մասնաւոր մասը ազդուած լինի, դրէք իր տեղի վրա ձեր սափացրած ձեռքերը այն մասի վրա այն մտադրութեամբ, որ հեռացնէք ցաւը եւ դադարեցնէք ջերմը:

Ձ Ե Ր Մ—Մ Ա Ղ Ձ Ա Յ Ի Ն.

Տուէք ձեր դարմանումը ջերմի համար, ինչպէս վերեւ բացատրուած է, եւ ձեր ձեռքը սափացնելով դրէք այն ձեռքը արեգակնային ներվանիւսակի վրա եւ ձախ ձեռքերնիդ լիարդի վրա. եւ մարզանքի դրէք ձեր մտադրութիւնը լիարդը գրգռելու համար, եւ տուէք ներեցումներ, թէ լիարդը պիտի կազդուրուի եւ կատարէ իր գործը կանոնաւոր, եւ այդ պիտի հեռացնէ ջերմի պատճառը եւ ջերմը պիտի թողնէ: Լաւ կանէք եթէ ուշադրութիւն դառցնէք մաքրիչ գործարանների վրա, որոնք են աղիքները, երիկամուկները, թոքերը եւ կաշին, եւ եթէ նրանք առողջ վիճակում չեն, դարմանեցէք նրանց որ ամբողջ մարմինը ստանայ կատարեալ առողջ դրութիւն:

Ձ Ե Ր Մ—Մ Ա Լ Ա Ր Ի Ա.

Տուէք ընդհանուր դարմանումն: Հաւասարեցրէք երջանատութիւնը ամբողջ սիւստմի մէջ եւ դուրս պիտի յաղթէք ջերմին: Հրահանգեցէք ձեր հիւանդին խոր շունչ փաշել, այն նպաստակով որ փաշելով առատ մտնուր օդ թոքերի մէջ, արիւնը պիտի անի: Պէտք է ազատօրէն գործել զայն աղիքներին, լիարդին:

Ր Է Վ Մ Ա Թ Ի Ձ Մ. (Rheumatism)

(Սա մի ցաւ պատճառող հիւանդութիւն է, մարմնի յողուածներում եւ մկաններում).

Դրա պատճառը խափանուած երջանատութիւնն է, եւ այդ խափանումը արդիւնք է մկանների կարծրութեան, որը շատ յանախ պատահում է ցուրտից, խոնաւութիւնից եւ քամու հոսանքից:

Դարմանում. — Երկու ձեւերի ռէվմաթիզմ կայ, մէկը կոչուում է մկանային ռէվմաթիզմ, միւսը յօդուածային ռէվմաթիզմ: Մկանային ռէվմաթիզմի մէջ մկաններն են ազդուած, մինչդեռ յօդուածային ռէվմաթիզմի մէջ յօդուածներն են ազդուած: Մկանային ռէվմաթիզմի մէջ հագիւ թէ որեւէ ջերմ կայ ընկերացած, մինչդեռ յօդուածային ռէվմաթիզմի մէջ գոյութիւն ունի ջերմը, խաղերը ունայում են: Ուռոյցքը այնքան մեծ լինելով պասնառ է դառնում ներվերի վրա ննշելու, որը առաջ է բերում սանջող ցաւ:

Մկանային ռէվմաթիզմ դարմանելիս տուէք Ընդհանուր Դարմանում: Տրտեցէ՛ք ձեր ձեռքերի ափերով, ազդուած մկանները ամբողջութեամբ, մինչեւ որ դուք առաջ կը բերէք կասարեայ թուլացման կամ փափկացման դրութիւն: Ինչպէս որ դուք ինքներդ պիտի տեսնէք, մկանումները հանգոյցներ ունին իրենց մէջ, կամ կծկուած մասեր, որը հանգոյցի են նմանում, եւ որոնց կարելի է հեշտութեամբ զգալ խոր ննշում գործածելով: Դուք պիտի կառողանաք թուլացումն առաջ բերել եւ երբ նոքա թուլացած են, այնպէս որ դուք կարող էք մկանները փաշել, սարածել, որից յետոյ շրջանառութիւնը պիտի վերահաստատուի կամ վերստանայ մի նորմալ դրութիւն շատ ատելի հեշտէն, քան թէ պիտի առաջ գար միմիայն մկանները տրտելով: Օրինակի համար, վերցրէ՛ք մի ծուած վիզ, ուր վզի վրա ռէվմաթիզմ կայ, որը սովորաբար արդիւնք է ցրտառութեան կամ ֆնելով փամու հոսանքի մէջ: Այս դէպքում դուք պէ՛տք ունիք երկարացնելու նրա վիզը, սանելով գրուիսը դէպի վեր հնարաւոր չափով, ապա երկու կողմերը, եւ մինչդեռ մկանները սարածուում են, սարքեր շարժումներ տալով գլխին, դուք կարող էք շփել նրանց ամբողջութեամբ. նաեւ դէ՛ք սափացրած ձեռքերը եւ այս ձեւով վերահաստատել շրջանառութիւնը. եւ երբ դուք շրջանառութիւնը հաւասարացրիք ազդուած մկանների մէջ, դրա հետեւանքը պիտի լինի առողջութիւն:

Հիպնոսացրէ՛ք ձեր հիւանդին եթէ կարող էք, եւ ներշնչեցէ՛ք մի քանի րոպէ ընդհանուր ներշնչումներ, ապա պահանջեցէ՛ք, որ նա կարող է իր բոլոր մկաններն ու ներվերը, մի խօսով ամբողջ մարմինը թուլացնել, այսինքն մկանները կծկուելուց ազատել: Պնդեցէ՛ք, որ նա կարող է եւ ձեր դրական ներշնչումներով սիպեցէ՛ք, որ նա փափկացնէ, թուլացնէ իր բոլոր մարմինը. եւ թողէ՛ք նրան այս դրութեան մէջ մնալ երկու ժամ: Արթնցնելուց առաջ տուէ՛ք ներշնչումներ շրջանառութեան մասին, եւ արթնցրէ՛ք: Նոյն դարմանումը շարունակեցէ՛ք, մինչեւ որ հիւանդը կազատուի ցաւերից:

ԱԶԴԵՐԱՅԻՆ (SCIATIC) ՐԷՎՄԱԹԻԶՄ.

Հիւանդը չափազանց դիւրազգած է, երբ մի նեւում գործ կը դնէք նրա Ազդերային ներվի (Sciatic Nerve) վրա, եւ կունենայ աննշող ցաւ ամբողջ ոտը շարժելիս:

Դարմանում.—Տուէք ընդհանուր դարմանումն: Հրամայեցէք ձեր հիւանդին, որ թուլացնէ իր բոլոր մկանները: Տուէք նոյն ձեւի դարմանումն, որ պիտի սայիք մկանային ռէվմաթիսմի դէպքում. բայց կենդրոնացրէք ձեր դարմանումը մասնաւորապէս այն մկանների վրա, որոնք գտնուում են նուռի (գալչա) յետեւի մասում: Այդ մկանները լիովին տրտելուց յետոյ, պառկեցրէք հիւանդին մէջքի վրա եւ բռնելով նրա ոտից եւ ծնգից ծռեցէք ամբողջ ոտը դէպի որովայնը եւ նրան տարածելիս, յետ բերելիս մի լաւ թոթուեցէք, այն նպաստելով, որ երկարացնէք ամբողջ ոտի կամ սրունքի մկանները եւ արդիւնքը գոնացուցիչ պիտի լինի:

ԱՆԴԱՄԱԼՈՒԾՈՒԹԻՒՆ (PARALYSIS).

Այն դէպքում երբ մի ներվ բաժանուած է եւ ծայրերը չեն միացած, այդ մասը, որ մասակարարում է մի որոշ մկանի համար, անկարող պիտի լինի կատարելու իր ճշունցքիան, եւ որը կոչուում է մի անդամալուծուած մկան: Անդամալուծութեան մէկ ուրիշ պատճառն էլ վաս սննդառութիւնն է, ներվի վրա նեւումը կտրուում է նրա սնունդը, որը նաեւ առաջ է բերում անդամալուծութիւն: Ուղեղի մէջ արիւնէրթութիւնը մի ուրիշ պատճառ է անդամալուծութեան, նոյնպէս արիւնէրթութիւնը ողնայարի լարի մէջ, որը պատճառ է դառնում նեւումի, կամ եթէ Երջանառութիւնը կտրուում է ողնայարի լարից, արդիւնքը պիտի լինի լարի հիւծումը եւ անդամալուծութիւնը կը լինի դրա հետեւանքը:

Դարմանում.—Տուէք ընդհանուր դարմանում: Առաջ բերէք ենթակայի ամբողջ սիստէմի մէջ թուլացումն: Չե՛ր ձեռնարկ տրտեցէք այն բոլոր մկանները, որ ազդուած են, այն մտադրութեամբ որ հրաւիրէք արիւն այդ մասերում, այնպէս որ ներվերը եւ մկանները ստանան իրենց կանոնաւոր սնունդը:

Եթէ հիւանդութիւնը մարմնի վերին կամ ներքին վերջաւորութեան մէջ է, պիտի տրուի մկանները ամբողջութեամբ: Եթէ ներքին վերջաւորութեան մէջ է, սկսեալ նսից եւ եթէ վերին վերջաւորութեան մէջ է, սկսեալ ձեռքից: Յետոյ եթէ բազուկի մկաններն են ազդուած նրանց բռնեցեալ ձեռքի մէջ, մէկ ձեռքը մի կողմը, միւսը միւս կողմը եւ գորեցեալ մկանները դէպի ներս եւ դէպի դուրս, եթէ ազդի մկաններն են ազդուել, նոյնպէս գորեցեալ նրա մկանները ձեռքի մէջ ձեռքի մէջ: Այս դարմանումը երբ կը կատարուի մտադրուած, եւ մկանները կը շարժուին, որոնք կը գտնուին արտաքինութիւնը եւ կը սան մարմնին ներքին դրութիւն: Այս թող ձեռքի հիւանդը պառկի թախտի վրա երեսն ի վայր, եւ գորեցեալ բարակ մէջքի մկանները վրա: Բարակ մէջքի ողնայարի երկու կողմի մկանները վրա դրեալ ձեռքի բարակները եւ դէպի վեր եւ դէպի դուրս շարժեցեալ, նրա այդ երկու կողմերում պառկած խոր մկանները: Այժմ հիւանդին պառկեցեալ իր մէջքի վրա, եւ այդ պէտքով ձգեցեալ սարածեցեալ նրա ոտները, առանձին իւրաքանչիւր ոտ, եւ առանց հիւանդի մարմնին շարժելու, գործարեցեալ թօթուելը, այն պատճառով որ երկարեցեալ մկանները:

Այս դարմանումին միացած պիտի լինին ներհնչումները. եթէ հիւանդը հիպնոսական ենթակայ է, հիպնոսացնելուց յետոյ հրամայեցեալ նրան շարժել իր ոտը, բարձրացնել իր բազուկը կամ սալ նրան յետ-հիպնոսական ներհնչումներ, ինչպէս «գարթնելուց յետոյ դու պիտի կարողանաս ազատ ման գալ, ազատ բարձրացնել քո բազուկը եւ այլն»:

ՄԵԼԱՄԱՂՁՈՏՈՒԹԻՒՆ (MELANCHOLIA)

Հիւանդը սովորաբար նսած է, առանց նկատելու ինչ որ իր տուրջը անցնում դառնում է. ուշադրութիւն չի դառնում բարեկամներին կամ թեւամիներին:

Դարմանում.—Տուեալ ընդհանուր դարմանում: Հաւասարացեալ արեան արտաքինութիւնը մարմնի բոլոր մասերի մէջ: Եթէ դժուարամարտութիւն կայ դարմանեցեալ սամոնը. ձեռքի սալները ձեռքի մէջ թողնուած են ուղարկելով մտադրուած: Եթէ դուրս կը կարողանա հիւանդին դնել պատիւ դրութեան մէջ ներհնչում ընդունելու համար, հիպնոսացեալ նրան եւ թողեալ նրան մնալ հիպնոսական վիճակում երկու երեք ժամ օրեկան: Նախ քան հիւանդին հիպնոսացնելը, պառկեցեալ նրան մէջքի վրա եւ դնելով ձեռք մի ձեռքը նրա թուրքի սակը եւ միւսը գանգի ոսկորի սակը, միտք ծածրակից իջ վերեւ, քաշեցեալ վիզը

դէպի ձեզ եւ երկարացրէք, այնպէս որ արիւնի մասնաւորութիւնը դէպի ուղեղը չի խանգարուի վզի որեւէ մկանի կարծրացումովը: Միևնչդեռ նա հիպնոսական դրութիւնումն է, հաւասարացրէք նրա ամբողջ օրջանառութիւնը, եւ ուղեղի բջիջները, որ հիւանդ եւ, այսպիսով պիտի ստանան բաւականաչափ սնունդ եւ լաւ արդիւնքներ պիտի տայ: Այս տեսակ հիւանդութիւններն հաւելաւոր է դարմանել երեք ամսից մինչեւ տարի. անկարելի է նրանց բժշկել կարն ժամանակում:

Ա Ն Ք Ն Ո Ի Թ Ի Ի Ն.

Հիւանդը սովորաբար շատ ներվային է, դժուարամարտութիւն եւ փորկապութիւն սովորաբար ընկերացած է այս ազդեցութեան:

Դարմանում.—Տուէք մի ամբողջ եւ կատարեալ Ընդհ, Դարմանում: Եթէ փորկապութիւն ունի, տուէք մի լիակատար դարմանում փորկապութեան համար: Եթէ դժուարամարտութիւն կայ, դարմանեցէք ստամոքսը, լիարդը եւ պանգրէասը:*) Ուղարկելով տաք ձեռքով քրթումներ այս իւրաքանչիւր տարբեր օրգանների միջով առանձնօրէն: Դարմանեցէք Արեգակնային ներվերի կենտրոնը, ուղարկելով քրթումներ այդ ներվերի հիւսակից, որը գտնուում է ստամոքսի հակառակ կողմը ողնայարի վրա: Ապա դրէք ձեր հիւանդին պասսիւ դրութեան մէջ եւ այս առաջնորդեցէք նրան հիպնոսական բունի. եւ թողէք նրան քնել՝ մի ժամ: Աւելի լաւ է գիշերը զնայ հիւանդի տունը եւ նրան հիպնոսացնել իր մահնակալում, եւ քնելուց յետոյ ներշնչել, որ նա քնելու է մինչեւ առաւօտեան որոշ ժամ: Կրկնեցէք այս դարմանումը մի քանի գիշեր, եւ մօտաւորապէս մի շաբաթից ձեր հիւանդը կը բժշկուի:

ԴԺՈՒԱՐ ԵՒ ՅԱՒՕՏ ԴԱՇՏԱՆ (DYSMENORRHOEA)

Դարմանում.—Տուէք Ընդհանուր դարմանումն: Դրէք ձեր տաքացած ձեռքերը, աչքը արգանդի վրա, իսկ ձախը նիստ նրա հակառակ կողմը ողնայարի վրա, նետեցէք քրթումներ արգանդից դէպի ձախ ձեռքը եւ այդ կատարեցէք մտքի կատարեալ կենտրոնացումը, ձեր մտքի առաջ այդ օրգանին եւ դրա

*) Պահպանեալ մի դեղն է, մօտաւորապէս 5 և կէս ըմբամատ երկար և 1 և կէս ըմբամատ լայն. տեղաւորուած է ստամոքսի ետեւը:

յարակից օրգաններին տեղի որպէս առողջ: Ծնեցէ՛ք եւ երկարացրէ՛ք նրա ամբողջ ոտը դէպի որովայնը, վեց անգամ, յետոյ նոյն ձեւով վարւէ՛ք միւս ոտի հետ: Յետոյ հիպնոսացրէ՛ք ձեր հիւանդին եւ տուէ՛ք նրան յետ-հիպնոսական ներշնչումն, թէ միւս դաւաճանի ժամանակ ցաւեր չի պիտի ունենայ. այս միջոցն ներշնչումները զօրաւոր կերպով սպաւորեցէ՛ք նրա ենթագիտակցական մտնով: Երբոր դուրս կը բերէ՛ք նրան հիպնոսական քնից, նայելով նրա աչքերի մէջ ասացէ՛ք, որ միւս պերիօդին այլեւս ցաւեր չի պիտի ունենայ: Հրահանգեցէ՛ք նրան, որ ամսականի ժամանակից մի շաբաթ առաջ, օրեկան երկու անգամ, մէկ առաւօտ եւ մէկ երեկոյ, զնայ պառկի իւր տեղում եւ կատարելապէս դադարի մտածելոց եւ կամաւոր կերպով արձակէ իւր ջղերը կծկուելոց եւ թուլացնէ իւր ամբողջ մարմինը եւ այդ դիրքում մնայ անշարժ կէս ժամ: Այս թուլացման եւ մտքի խաղաղ դուրսիւնը պիտի վերացնէ ներվային պրկումները եւ մտաւոր յուզումները, եւ որովայնակօնի օրգանները նոյնպէս փափկանալով, նա այլեւս նեղութիւն չունենար, եթէ նա կը շարունակէ այս թուլացումն առաջ բերել, երեք չորս շարունակական դաւաճանի հոսումից մի շաբաթ առաջ:

ԴԱՇՏԱՆԻ ԲԱՅՅԱԿԱՅՈՒԹԻՒՆ ԿԱՄ ԴԱԴԱՐՈՒՄՆ (AMENORRHOEA).

Դարմանումն. Տուէ՛ք Ընդհանուր Դարմանում եւ ապա թող ձեր հիւանդը պառկի թաղթի վրա երեսն ի վայր: Սկսելով վերին կունակի ողնայարից, երկու կողմերի վրայի ջղերը ձեր ձեռքերի ափերով տրեցէ՛ք, դէպի վեր եւ դէպի դուրս, եւ շարունակեցէ՛ք այդ միջեւ ողնայարի վերջաւորութեանը մի միկրոսակի չափ: Ձեր աչ ձեռքը սահացնելով դէք ողնայարի վերջաւորութեանը ներվահիւսակին վրա եւ կենդրոնացած մտադրութեամբ թրթումներ ուղարկեցէ՛ք որովայնի կօնի օրգաններին ձեր մտնով առողջ տեսնելով. ապա դարձեալ սահացնելով ձեր ձեռքերը այլ դէք արգանդի վրա, ձախն էլ նրա հակառակ կողմը, ողնայարի վերջին մասում, ներվահիւսակի վրա եւ տուէ՛ք մտադրուած թրթումներ: Ապա բռնելով մէկ ոտը ծնեցէ՛ք դէպի որովայնը եւ յետ տեսնելով երկարացրէ՛ք, վեց անգամ կրկնեցէ՛ք այդ ծնել եւ տարածելը, նոյնը կատարեցէ՛ք միւս ոտի վրա: Այս դարմանումը պէ՛տ է սալ օրեկան մի անգամ: Եթէ ենթական զգայուն է, հիպնոսացնելոց յետոյ տուէ՛ք յետ-հիպնոսական ներշնչումներ, այն թէ նա ամեն ավիս կանոնաւոր կերպով պիտի ունենայ իւր ամսական արեան հոսումը, եւ տուէ՛ք քնդհանուր ներշնչումներ:

Սա զուս մի ներվային դրութիւն է, հետեւանք իգափողի գեղձերի ներվային գրգռումների, պատճառ դառնալով նրանց անջատել մի անբնական քանակութեամբ հեղուկ, որը շարունակաբար հոսում է:

Դարմանումն. Եւ որովհետեւ այս հիւանդութիւնը հետեւանք է ներվային գրգռումի, հետեւ է ձեռք համար հասկանալ, որ հիւանդին պէտք է տեղաւորել կատարեալ պասսիվ եւ թուլացման դրութեան մէջ, որպէսզի կարելի լինի հեռացնել, կամ աւելի շուտ կազդուրել սիւստմը որեւէ ներվային պրկումից եւ լարուածութիւնից, նոյնպէս ջանացէք հիւանդի մէջ առաջ բերել մկանների կատարեալ թուլացումն, այնպէս որ կարելի լինի: Երջանառութիւնը հաւասարուի ամբողջ մարմնի մէջ, հետեւաբար պէտք է սաք Ընդհանուր Դարմանում: Սպա դեք ձեռք սաքացրած ձեռքերը, այլ օրգանի վրա, միւսը մարմնի յետելի մասի, հիշե՛ հակառակ կողմը, եւ ուղարկեցէք թրթռումներ այն մատրութեամբ, որ այնտեղ հասնասի բնական երջանառութիւն: Եւ որովհետեւ հիւանդը, որ ազդուած է այս հիւանդութիւնով չափազանց ներվային է, շատ լաւ կանէք, որ հիպոստացնէք, եւ թողնէք նրան մնալու հիպոստական վիճակում քնելու երկու երեք ժամ ամեն օր, իճարկէ՛ սալով նպաստակայարմար ներեւչումներ: Քնից արթնցնելուց յետոյ նրան պառկեցրէք մէջքի վրա եւ նախ մի ոտը եւ յետոյ միւսը, մէկ ձեռքով բռնելով ոտը, միւսով ծունգը եւ այդպէս ամբողջ ոտը (ծունգը ծռելով) սարէք որովայնի մօտ եւ պահելով մի վայրկեան, մի փոքր թրթռելով յետ սարէք ոտը եւ երկարացրէք, նոյնը կրկնեցէք վեց անգամ, ապա անցնելով հիւանդի միւս կողմը կատարեցէք նոյն գործողութիւնը միւս ոտի վրա: Ձեռք երկու ձեռքների մէջ առնելով նրա սրունքների մկանները՝ տրտեցրէք, առանց հիւանդին շատ ցաւ պատճառելու: Այս դարմանումը դուք պիտի զտնէք գոհացուցիչ եւ հիւանդը կը լաւանայ:

ՈԳԵԼԻՑ ԸՄԲԵԼԻՔՆԵՐԻ ՍՈՎՈՐՈՒԹԻՒՆ.

Որպէսզի ամենաարագ արդիւնքը ստանաք հարբեցողներին եւ որեւէ ոգելից ըմբելիքի սովորութիւն ունեցողներին դարմանելիս, հիպոստացրէք ձեռք հիւանդը, եւ երբ նա ներեւչելի վիճակումն է, սաք նրան այն դրական ներեւչումը, թէ այն լաւիցն, որ դուք նրան սալու էք, ոգելից ըմբելիք է եւ պիտի

հիւանդացնէ նրան: Ապա տուի նրան մի բաժակ ջուր, եւ երբ նա, համաձայն ձեր տուած ներշնչման հիւանդացաւ, հեռացրէ՛ն ներշնչման ազդեցութիւնը, ասելով, որ նա հիւանդ չէ, անհետացաւ ոգելից ըմբելիքի ազդեցութիւնը: Ասացէ՛ն նրան, որ որեւէ ժամանակ, որ նա օդի, գիւնի, գարեջուր եւ այլ որեւիցէ ըմբելիքներ կը խմէ, նրան պիտի հիւանդացնեն նրան, եւ այս ներշնչման ազդեցութիւնը մի հեռացնէ՛ն նրանից, այլ թողէ՛ն նա մնայ նրա հետ, եւ նա անելի ազդեցութիւն պիտի անէ նրա վրա, նրան հիպնոսական դրութիւնից դուրս բերելուց յետոյ:

Եթէ հիւանդը լաւ հիպնոսական ենթակայ չէ, դարմանեցէ՛ն նրան հետեւեալ կերպով: Շփեցէ՛ն վեր եւ վայր դէմքը ականջների առաջ, եւ կզակի ներքեւ յորձնային գեղձերը, այն մտադրութեամբ, որ արթնցնել այս գեղձերը բնական գործունէութեան, եւ տուի այն ներշնչումները, թէ յորձնային գեղձերի մասնիկական գործունէութիւնը պիտի փոխուի, այնպէս որ ոգելից ըմբելիքը զգուսնէ պիտի ազդէ եւ նա չի պիտի խմէ այլեւս:

Ներշնչեցէ՛ն հիւանդին, հիպնոսական թէ արթուն վիճակում, թէ նա կարող է դրականապէս իր մտում դնել դիմադրել որեւէ ոգելից ըմբելիքի դէմ, առանց նկատի ունենալու նրա դադարումից պատճառած անյարմարութիւնը:

Թող հիւանդն այն ներշնչումը սայ ինքն իրեն դրական կերպով եւ նա պիտի դադարի հարբելուց:

Թ Ո թ Ո Վ Ա Խ Օ Ս Ո Ի Թ Ի Ի Ն .

Ներշնչեցէ՛ն հիւանդին խոր շունչ փաշել, մի բան ասելուց առաջ: Երբէ՛ն չը պէտք է ջանայ խօսել, երբ նա շունչ է փաշում: Հրահանգեցէ՛ն հիւանդին փոխել իր ձայնի տոնը, այսինքն իր իսկական ձայնի ասիմանը փոխել: Դուք պիտի նկատէ՛ք, որ մտաւորապէս թոթովախօսութեան բոլոր դէպքերում, շնչելու գործը կատարելիս թոթովախօս է դառնում: Հետեւաբար սովորեցրէ՛ն լցնել իր թոփերը օդով, շնչելով, նախ քան նա կը ջանայ խօսել: Հիպնոսացրէ՛ն ձեր հիւանդին, եթէ զգայուն ենթակայ է, եւ ներշնչեցէ՛ն, թէ երբ կը հրամայէ՛ն նրան աչքերը բացել, նա պիտի բացի: Եթէ ձեր այդ ներշնչումը նա ընդունեց, եւ բացաւ աչքերը, նայելով ուղիղ աչքերի մէջ ասացէ՛ն, որ նա պիտի ինչ հետ խօսի առանց թոթովելու, պիտի նախ խոր շնչէ եւ յետոյ սկսի խօսի, ամեն խօսքից յետոյ նա պիտի սովորութիւն դառցնէ մի բան արտասանելուց առաջ շունչ փաշել եւ յետոյ ասել բառը: Մի քանի

անգամ դրական տոնով ներենչելուց յետոյ, հրամայեցէ՛ք նրան իր կեանքից մի բան պահմել ձեզ, կամ մի էջ նրան կարդալ տալ մի գրքից. ապա եթէ խօսելիս սխալներ անէ, ուղղեցէ՛ք եւ ստիպեցէ՛ք որ շուտ-շուտ խոր տունչ շնչէ՛ք եւ յետոյ սկսէ՛ք խօսել: Ապա փակեցէ՛ք նրա աչքերը եւ ներենչեցէ՛ք, որ արթննալուց յետոյ պիտի խօսի ծանր-ծանր, եւ խօսելուց առաջ պիտի շնչէ՛ք, ամեն մի նախադասութեան վերջաւորութեանը պիտի կանգ առնէ՛ք եւ տունջ քաշէ՛ք, միեւնոյն ժամանակ իր մտնում պահաւասէ՛ք միւս ասելիքը: Արթնցնելուց յետոյ նրա հետ խօսեցէ՛ք, եւ պիտի նկատէ՛ք փոփոխութիւն դէպի լաւը, հէնց առաջին դարմանումից յետոյ:

ՍԵՌԱԿԱՆ ԱՆԿԱՐՈՂՈՒԹԻՒՆ.

Տուէ՛ք ընդհանուր դարմանումն ընդհանուր առողջութիւնը կազդուելու համար, զրգոյցէ՛ք մասնաւորապէս ձեր մանկալուստիաներով ողնայարի վերջին մասը հիշտ նստեղից քիչ վերեւ, որ գտնում է սեռական օրգանները եւ սրունգներն ու ոտքերը կառավարող ներվահիւսակը: Ձեր ձեռքերը շափացնելուց յետոյ այդ դէ՛ք այդ ներվահիւսակի (ներվերի կենտրոն) վրա, իսկ ձախը առաջը, հակառակ կողմը, ու կենտրոնացրէ՛ք ձեր միտքը սեռական օրգանների վրա եւ նրանց ջանացէ՛ք տեսնել ձեր մտքի աչքում առողջ. հինգ րոպէ կենտրոնացումից յետոյ ներենչեցէ՛ք հիւանդին, որ նրա արեան արջանառութիւնը պիտի հաւասարուի եւ այդ ազդուած մասերը պիտի վերակազմուին եւ պիտի ուժեղանան եւ պիտի հաստատուի առողջութիւնը: Հիպնոսացրէ՛ք հիւանդին եւ դրական ներենչումներով ջանացէ՛ք նրա մտնում սպաւորել «Ես կարող եմ»-ի գաղափարը, ինչպէս գիտէ՛ք մեր ենթագիտակցական միտքը կօնտրոլ է անում մեր մարմնի բոլոր օրգանները, եւ երբ մէկը, որ սեռական օրգանների քուլութիւն ունի եւ նա՛ գիտակցաբար ինքնաներենչում գործ կը դնէ, «կարող եմ»-ի գաղափարը կը սպաւորուի նրա ենթագիտակցական մտնում եւ նա կը գտնէ, որ «կարող» է:



Հիստորիան-Ներքին.
Եկար թիւ 12.

Այս հիւանդութիւնը դարմանելիս հոգեբոյժը պէ՛տ է՝ սայ իրեն շատ դրական դրութիւն: Տեղաւորեցէ՛ք ձեր սախաքանձ ձեռքեր յանկարծակի կերպով, առաջին անգամ ծոծրակային ներվահիւսակի վրա, յետոյ կրնակի ներվահիւսակի վրա, զօրաւոր կերպով շփելով երկուսի մէջտեղը եւ ափերով ննուսներ սարով, եւ ղնելով ձախ հեռքը կուրծքի վերեւի մասի վրա, մարգելով ձեր մտադրութիւնը թուլացնել կուրծքի եւ դիափրագմի (ստոծանի) մկանները:

Ապա դարմանեցէ՛ք ամբողջ ողնայարը մտադրուած, դրանց միացրէ՛ք ձեր դրական ներեցումները, ասելով կասարեալ թուլացումն պիտի առաջ զայ այս դարմանումից յետոյ: Կրկնակի կերպով ներեցեցէ՛ք հիւանդին, որ եթէ նա կարողանայ թուլացնել իր մարմինը, բոլոր ներվային պրկումները պիտի անհետանան: Բոլոր մանիպուլացիաները, ներեցումները եւ մտադրութիւնը պէ՛տ է՝ մարզուած եւ տնային լինի շատ արագութեամբ եւ դրական մտադրութեամբ:

ԱՂԻՔՆԵՐԻ ԹԱՓՈՒԻԼԸ ԱՄՈՐՁԻՔԻ ՄԷՉ (HERNIA).

Արեան շրջանառութիւնը հաւասարեցնելու նպատակով տուէ՛ք ընդհ. դարմանում: Ապա բոլոր հիւանդը պատուի մէջի վրա, զիստերը թեթեւ կերպով քարձարացած: Ասացէ՛ք հիւանդին թուլացնել, փափկացնել իր բոլոր մկանները եւ ներվային պրկումները եւ մեղմօրէն շփելով ամուրձիքը նրա մէջ զտնուած աղիքները, որը պատուածից դուրս էր եկած, ներս հրեցէ՛ք. որից յետոյ դրէ՛ք ձեր սախաքանձ ձեռքերը որովայնի պատի այդ բացուածքի վրա, տուէ՛ք թրթումներ այն մտադրութեամբ, որ ուժեղանան որովայնի պատի մկանները: Հրահանգեցէ՛ք ձեր հիւանդին իր կամքի ոյժով կծկել իր որովայնի պատի մկանները, եւ այդ մկանների կծկելը շարունակել այնքան ժամանակ, որ ձեր սախ

ձեռքը պահում է՛ք նրա վրա: Ներշնչեցէ՛ք, որ այս ձեւի կծկումները բացուածքը պիտի փակէ, եւ շարունակական կերպով երբ բացուածքի շրջանները կը բերէ միմիանց մօտ, այնպէս որ այս բացուածքը բոլորովին պիտի գոցուի, պատերը պիտի միանան կամ պիտի մօտիկանան միմիանց եւ այնպէս որ աղիքների դուրս քափելը անհնարին կը լինի: Դե՛հ ձեռ մէջսեղի մասը ներքին որովայնի բացուած օղակի վրա, եւ բոլորովին թեթեւ շարժեցէ՛ք, այն մտնով որ առաջ բերէ՛ք մի թեթեւ զրգռում այդ պատերի մէջ. եւ դրանով հրաւիրելով նոր արիւն, մասակարարելու այդ մասի մկաններին, որպէ՛զի բացուածքը փակուի:

ՔԻԹԸ ԱՐԻԻՆՆԵԼԸ.

Ձեռ աջ ձեռնով զարկէ՛ք ողնայարի սիւնին դէպի ներքեւ, իսկ ձախ ձեռնով զարկէ՛ք արեան անօթների վրա, մտադրուած որ ազատուի գլուխը չափազանց շատ արիւնից, որից յետոյ թող հիւանդը խոր շունչ քաշէ իր քրտնով, գօրելով օդը քթի ծակերի մէջ, պանելով օդը հնարաւոր եղած չափով եւ կրկնել խոր շնչելու մարզանքները մի՛նչեւ որ պատճուած անօթի վրա փառ կը կազմէ:

ԱՐԳՍՆԴԸ ՅԱԾ ԸՆԿՆԵԼ.

Որպէ՛տ զի կարողանա՛ք դարմանել այս հիւանդութիւնը, հարկաւոր է փոքր հասկացողութիւն ունենա՛ք այս օրգանի մասին: Արգանդը մի փոքր քանձի-ձեռով օրգան է, եւ կախուած է նեարդային կապերով որովայնակօնքի աւելի ցածր նակիւսի մասի վրա, եւ երբ այս նեարդային կապերը կը սկարանան եւ կը թուլանան, արգանդը անկարող է լինում իր տեղում մնալ, եւ նրա բնական դիրքը խախտում է: Եւ գլխաւորաբար նա ծուում է երեք կերպ.— Ի՛կայի առաջ ընկնել, եւ դառնա՛ծ ընկնել, արգանդը վայր ընկնել, Միայն մի կերպ կայ, որով կարելի կը լինի արգանդը վերստին տեղաւորել իր բնական դրութեան մէջ, եւ այդ կերպը մկանները եւ նեարդային կապերը գօրեղացնելն է: Եթէ արգանդը դէպի առաջ է ծոււած, հիւանդը կարող է իր սեպհական համաձայնութեամբ դնել իր արգանդը իր բնական տեղում. այդ անելու համար հրահանգեցէ՛ք նրան պառկել իր մէջքի վրա եւ բարձրացնէ՛ իր ազդրները հնարաւոր եղած չափով բարձրացնել եւ այդ դիրքում մնալ կէս ժամ. օրէնք

միանգամ: Եթէ հիւանդը սանջում է արգանդը դէպի յէ ծուռած լինելուն պահառով, կամ արգանդը ընկած է ներքեւ, հիւանդը պէժ է ընդունէ հետեւեալ դիրքը.— Ծունգերը եւ կուրծիք պէժ է դնէ իր մահնակալի վրա, այս դրութիւնում նրա ազդերը շատ անշի բարձր դիրքումն է քան իր ուսերը եւ այս դիրքում արգանդի յէ ծուռած կամ ցածր եղած դրութիւնները կարելի է դնել ճորմալ դիրքում: Երբոր հիւանդը այս դիրքումն է, հրահանգեցէ նրան կծկել եւ արձակել իգագոյի մկանները, այդ շարժումների վարժութիւնը կատարել 15 րոպէ, եւ կրկնել նոյնը օրեկան երեք անգամ: Եւ շարունակելով կանարել այս վարժութիւնները կարն ժամանակում կուժեղացնէ նետարդային կապերը եւ արգանդը կը ստանայ իր բնական դիրքը:

Հիւանդին դարմանելիս, գործեցէ՛ք ամբողջ տղնայարի վրա, մասնաւորապէս ողնայարի վերջին մասի վրա: դնելով ձեռք ստեղծած ձեռքերից աջը այդ տեղի ներկիւսակի վրա եւ ձախը նրա հակառակ կողմի վրա, մտադրուեցէ՛ք, զօրաւոր կենտրոնացմամբ եւ ձեռք երեւակայական աչքով տեսէ՛ք նետարդային կապերը եւ մկանները ուժեղացած եւ արգանդը իր բնական դիրքում: Ներեցումներ տուէ՛ք հիւանդին, թէ բոլոր ցաւերը գնում են եւ շրջանառութիւնը կանոնաւոր կերպով հաւասարում է եւ առողջ դրութիւնը շուտով պիտի հաստատուի:

Դ Ա Ս 33.

ՄՏԱՒՈՐ-ԳՍԲՄՆՆՈՒՄԻ ՕՐԷՆՔԸ.

Բնութեան բոլոր օրէնքների նման, Մտաւոր-Վարմանումի օրէնքն էլ իր գործածութեան մէջ համաշխարհային է: Մտաւոր-Վարմանումի պատմութիւնը շատ հին է, հին դարերում նա ընդունուած էր, որպէս մի ամենալաւ բուժական մեթոդ: Հին մոգերը եւ փուրմերը գործադրում էին իրենց մտաւոր զօրութիւնը հիւանդ դարմանելիս եւ վերադարձնում մարմնի մէջ բնական եւ առողջ դրութիւններ: Հին դարերում հիւանդ մարդիկ դիմում էին սանաւները իրենց առողջութիւնը:

վերասանարու նպասակով, ուր սովորական դիրքումներից և արարողութիւններից յետոյ, նրանք
 սանում էին Մսաւր-Դարմանումն: Այդ արարողութիւններն ու ծէսերը մի-մի միջոցներ էին հիւանդի
 գիտակցական միտքը գործելուց դադարեցնելու, որպէս զի կարողանային հասնել նրա ենթագիտակցական
 մտքին, որին, մոգերը. ուղղում էին իրենց Մսփի-Ույծը և առաջ բերում հիւանդի մարմնի մէջ բնական
 և առողջ դրութիւններ:

Մսաւր-Դարմանումը մեծական գործադրուել է, գործադրում է այժմ և միտս պիտի գործադրուի,
 որքան մարդկութիւնը կը շարունակէ իր գոյութիւնը:



Մսաւր-Դարմանումը մի բնական բուժական մեթոդ է, նրա
 սկզբունքը գիտական է, նա ծառայել է մարդկութեան դարեք, և
 պիտի ծառայէ յաւիտեան:

Գիտութիւնն արդէն հաստատել է, որ մեք մէջ գոյութիւն ունի
 մի իմացականութիւն, որը կառավարում է մեք մարմնի բոլոր
 ժունկցիաները առողջ ժամանակ, և այդ միեւնոյն
 իմացականութիւնը կամ էներգիան վրիպում է հիւանդութեան
 դէպքում: Այդ էներգիան վրիպելիս մարմինը օգնութիւն է
 պահանջում և ինչպէս յայտնի է, բոլոր բուժական միջոցները,
 օգնութեան՝ գործը լրացնելու նպասակով են հնարուած:
 Բնութեան օգնելու, այսինքն վերադառցնելու մարմնի բնական
 դրութիւնները: Եւ այդ պահանջուած օգնութիւնը մսաւր
 էներգիան է:

Հիւսօյօգիան զսաւ, որ բոլոր մարդու օրգանական հիւսուածքը
 շինուած են բջիջներով, որոնցից խաւախիւրք մի ապրող,
 հասկացող էութիւն է: Ոսկորները, մազը, եղունգները,
 մկանունները, ներվերը և օրգանական յօրինուածքի բոլոր
 մասերը շինուած և կառուցուած են բջիջներով:

Հիւանդութեան քէօրիայի մասին ընդունուած մի նեւարտութիւն
 կայ, — մարմնի մի հիւանդութիւն, մարմնի բջիջների հիւանդութիւն

*Մսաւր-դարմանումն մարտողական
 օրգանների:
 Նկարի թիւը 13.*

է: Եւ որովհետեւ բոլոր օրգանական հիւսուածքը բաղկացած է բջիջներից, հիւանդութիւնը բժշկելու համար, պէ՛տք է առողջացնել բջիջները, բնական առողջութեան եւ գործունէութեան:

Այս իմացական Լուծիւնները, որոնք անուանում են բջիջներ եւ նրանից է կազմուած ամբողջ մարմինը, յսակ կերպով կենթարկեն մատուր իմպուլզների (զբգիւ) կառավարութեանը, «կենսօրնական իմացականութիւնից», որը կառավարում է մարմնի ժուկցցիաները, եւ որ նրանք, դրականապէս, կը հաստատեն կազմուածքը եւ որի միջոցով միտքը կը կառավարէ մարմինը, առողջութեան եւ հիւանդութեան մէջ:



*Մտաւոր-դարմանումն զկիսացաւի
Նկարի թիւը 14:*

Այս «կենսօրնական իմացականութիւնը» կոչում է սարքեր սարքեր տեղադրելով.— ոմանք անուանում են «կենսական նախապատճառ», «կեանքի-ծագումը», «Հոգին», «Ներագիտական Միտք», «Անգիտական միտք», «Ներակայական միտք» եւ այլն: Այ՛նք որ չի կարող հերել նրա գորութիւնը ժուկցեաների, զգացողութիւնների եւ մարմնի դրութիւնների վրա:

Մի քիչ առելի պարզ լինելու համար, ասենք որ մարդու ամբողջ մարմնի հիւսուածքը կազմուած է բջիջներից, բջիջներ, որոնց տեսնել միայն կարելի է միքրոսկոպի օգնութեամբ: Բջիջներից իւրաքանչիւրը ունի «միտք», եւ մեր մարմնի բոլոր օրգանները (գործարանները) կազմուած են բջիջների խմբերով, այնպէս որ իւրաքանչիւր օրգան, ոսկոր, ներվ, արեան անոթ, հիւսուածք, սիրտ, բոլոր, երիկամուկ եւ մարմնի բոլոր մնացած մասերը շինուած են բջիջներով (cell): Կան ուրոյն բջիջներ արեան մէջ եւ կան բջիջների միութիւն, խմբակցութիւն, որոնք կասարում են որոշ ժուկցցիաներ: Նրանցից իւրաքանչիւրը մի ապրող, իմացական Լուծիւն է: Հետեւաբար, ինչպէս յիշեցինք, մարմնի մի հիւանդութիւն, բջիջների հիւանդութիւն է. ուսի

մի հիւանդութիւն բժշկելու համար պիտի առողջացնենք մարմնի բջիջները եւ առաջ բերենք բնական առողջութիւն եւ գործունէութիւն:

Մտաւոր Դարմանումի մեքօզով մենք կարող ենք դարմանել ներկայ եւ բացակայ հիւանդներին, միեւնոյն Մտի-Ոյժով. մեքօզները եւ սկզբունքը եւ մտաւոր օրէնքը նոյնն է երկու հանգամանքներումն էլ:

Երբոր հիւանդը ներկայ է, նախ եւ առաջ նրան մի թիկնաթոռի վրա նսեցրէք, կամ թող պառկի մի գահաւորակի վրա: Ապա սովեցրէք նրան դադարել մտածելուց եւ միտքը բոլորովին խաղաղ պահել: Մի երկու ռոպէից յետոյ ասացէք նրան գործադրել իր կամքը եւ քիչ քիչ ազատել, բուլացնել իր մկանները, ներվերը եւ ամբողջ մարմինը:

Այս մտաւոր եւ ճիզիմական թուլացումն առաջ բերելն անհրաժեշտ է նրա համար, որ գիտակցական միտքը կը դադարի գործելուց, եւ նրա այդ միտքը կը դառանայ պասսիւ, եւ մենք այդ ժամանակ միայն հնարաւորութիւն կունենանք մեր խորհուրդները եւ ներշնչումները սպաւորել նրա ենթագիտակցական մտնում:

Որպէս զի կարողանաք իմանալ, թէ նա իսկապէս ձեր ցանկացած դրութիւնումն է, թէ ոչ, բռնեցէք նրա մի թելը եւ բարձրացրէք նրան եւ բաց թողէք, եթէ թելը յանկարծ ցած ընկնէ, այդ ցոյց է տալիս, որ նա չի դիմադրում եւ կատարեալ թուլացումը առաջ եկած է:

Այժմ դուք պիտի ջանաք հիւանդի միտքն հանդարեցնող, ջերմեռանդ, վստահ եւ համակրական մի խօսակցութիւնով առաջ տանել ձեր նիւթը դէպի պայծառ, յուսալի գրոյցներ, ի հարկէ այս գրոյցը պիտի պատրաստէք ձեր մտնում նախօրօք, այնպիսի գրոյց, որ ընդդիմախօսութիւն կամ վիճաբանութիւն անաչ չի բերէ: Դուք պէտք է դնէք ձեր գործի մէջ զգացում եւ ջերմեռանդութիւն եւ նրա յաջողութեան մասին կատկածներ պիտի չունենաք ձեր մտնում: Դուք պիտի մոռանաք դուք ձեզ եւ կենտրոնացրած ձեր մտաւորականութիւնը ամբողջութեամբ հիւանդի հիւանդոտ օրգանի վրա:

Մի հիւանդ անձնաւորութիւն շատ շատ ներշնչող է: Երբոր նրանում առաջ բերէք թուլացումն, նրա միտքը պատրաստ է բնդունելու ձեր մտաւոր դարմանումը: Դրէք ձեր աչ ձեռքը հիւանդի այն օրգանի վրա, որից նա տանջում է, դուք, նախ հ սնգիս եւ կենտրոնացած մտնով, պիտի ջանաք ձեր մտքի մէջ այդ օրգանի պատկերը տեսնել. մտաւոր-պատկերը: Ապա ջանացէք այդ օրգանը տեսնել իր նօրմալ դրութիւնում. ձեր երեւակայութեան ոյժով տեսէք ձեր մտնում այդ օրգանը եւ նրա բոլոր բջիջներն առողջ:

Հէնց որ կը նիւթականանայ, իրականի նման կերեալ օրգանի մտաւոր պատկերը ձեր մտնում, տուէ այդ օրգանի անունը ձեր մտնում, նոյնպէս կոչ արէ այդ օրգանի բջիջներին եւ պահանջեցէք նրանցից նօրմալ գործունէութիւն՝ դրական եւ վստահ դրութիւնով: Չէ՞ որ այդ օրգանը եւ նրան կազմող բջիջները միտք ունին եւ չէ՞ որ երբ մարմինը հիւանդ է, դրա պատճառն այն է, որ բջիջներն են հիւանդ, եւ բջիջները հիւանդ են, ինչպէս ձեր մտաւոր էներգիան պակասել է: Ուստի հոգեբոյժի այս մտաւոր դարմանումի ընթացքում, նրա առողջարար խորհուրդները հասնում են մարմնի ընդհանուր բջիջային սխտէմի, կենսօրնական իմացականութեան, «էներգիական» մտքին եւ նա է որ կառավարում է մարմնի առողջ եւ հիւանդ ժամանակը:

Եթէ ձեր հիւանդը բացակայ է եւ եթէ նրան դուք անձամբ հանաչում էք, այդ անձնաւորութեան պատկերացրէք ձեր մտնում, ջանացէք նրան տեսնել հնարաւոր չափով, ձեր երեւակայութեան ոյժով: Տուէք նրա անունը, օրինակ.— «Յակոբ Յակոբեան, ես սիրելի գործում է նօրմալ եւ զօրաւոր»: Ձեր մտնում պատկերացրէք նրա սիրելի, որպէս ամբողջովին մի առողջ օրգան, որ կատարում է իր ճշմարտութեան նօրմալ կերպով: «Բն շրջանառութիւնը հաւասար է եւ ամբողջ մարմնի մէջ»: Տեսէք ձեր մտնում արեան անօթները եւ արեան բջիջները, նոյնպէս իր նօրմալ գործունէութեան մէջ: Եւ կարող էք իւրաքանչիւր օրգանի մտաւոր պատկերը բռնելով ձեր մտքի մէջ, տեսէք նրանց բոլորին էլ առողջ: Իհարկէ, դուք կարող էք Տայ մասնաւոր, տեղական դարմանումներ. կարող էք դարմանել գլխի հիւանդութիւններ, ստամոքսի դժուարամարտութիւններ, մի խօսքով ամեն օրգան, այդ օրգանի մտաւոր պատկերը բռնելով ձեր մտնում եւ ձեր մտնում խօսելով այդ օրգանների եւ բջիջների հետ եւ տեսէք նրանց առողջ եւ ձեր դրական մտաւոր դրութիւնով հրամայեցէք կենսօրնական իմացականութեան, էներգիական մտքին, հոգ տանել ստամոքսին եւ կամ միւս գործարաններին. ինչպէս գիտէք, էներգիական մտքի կը ընդունէ ձեր մտաւոր բառացի ներշնչումները եւ ըստ այնմ կը կատարէ իր ճշմարտութեան:

Մտաւոր Դարմանումը նոյնպէս ունի իր օրէնքը, պիտի լաւ ըմբռնել այդ օրէնքները, եւ ձեր կամքի ոյժով պիտի էք մտնում մտաւոր պատկեր կազմելու վարժութիւններ կատարէք: Հետեւեալ վարժութիւնը շատ գործնական է. գրեցէք մի թղթի վրա ձեր մի քանի ծանօթների անունները, եւ մեկուսացնելով մի անձնակ, նստէք մի հանգիստ աթոռի վրա, եւ ձեր մտքը ազատելով բոլոր խորհուրդներից, վերցրէք ձեր ցանկից մի անուն եւ այդ անձնաւորութեան, որպէս մի մտապատկեր, բերէք ձեր աչքի առաջ եւ

շարունակեցէ՛ք նրան տեսնել եւ միևնոյն իսկ նրա հետ խօսել: Մի քանի բոլոր այս կենսօրնացումից յետոյ, ցանկից վերջէ՛ք երկրորդ անձնատուութիւնը, որպէս մտաւոր պատկեր, եւ այսպիսի վարժութիւնները ձեզ կարող կը դառցնեն մտաւոր-պատկեր կազմել ամենաարագ կերպով: Որքան աւելի զօրաւոր կերպով բռնէ՛ք ձեր մտում մտաւոր-պատկերը, այնքան աւելի յաջող արդիւնք կը ստանա՛ք ձեր դարմանումից: Ձերմեռանդ կերպով ջանացէ՛ք մտաւոր-պատկեր տեսնելու կարողութիւնը զարգացնել ձեր մէջ: Փողոցով անցնելիս նայեցէ՛ք ուշադրութեամբ մի խանութի լուսամուտում ցոյց տուած առարկաներին, նայեցէ՛ք իւրաքանչիւր առարկային եւ վնոեցէ՛ք ձեր մտում, որ դուք կարող է՛ք այդ լուսամուտից հեռանալուց այդ նոյն առարկաների մտաւոր-պատկերը բերէ՛ք ձեր մտքի ստապ, իւրաքանչիւր առանձին առանձին, տեսէ՛ք նրանց գոյները, ձեւերը, ինչ մասերեալից պատրաստուած լինելը եւ այլն: Կատարեցէ՛ք այս վարժութիւնները եւ շուտով ձեր միտքը կարող կը դառնայ անսովորական առաջ բերել դէմքերի՝ եւ առարկաների մտաւոր-պատկերներ: Հիւանդ դարմանելիս երբեմն երբեմն կամքի ոյժ գործադրէ՛ք, եւ փափաքեցէ՛ք սրտանց եւ հաւատացէ՛ք ստանալիք արդիւնքի յաջողութեանը եւ հաւատացէ՛ք իմ խօսքին, որ դուք պիտի յաջողի՛ք:

Ենթադրենք մի հիւանդ ունէ՛ք ձեր առաջ, որ տանջու՛մ է ցաւերից, նախ՝ դէ՛ք նրա միտքը խաղաղ դրութեան մէջ եւ յետոյ դէ՛ք ձեր աչք ձեռքը նրա մարմնի ցաւօտ օրգանի վրա եւ բռնէ՛ք նոյն օրգանը, եւ բջիջների մտաւոր-պատկերը, եւ տուէ՛ք նրանց առողջ. եւ դրական տոնով մտաւոր ներշնչումներ տուէ՛ք նրա այդ օրգանի համար, նրա ենթագիտակցական մտքին: Ձեր մտքից դուրս շարժեցէ՛ք բոլոր բացասական խորհուրդները, նոյնպէս կատարածը եւ կենսօրնացրէ՛ք ձեր միտքը հիւանդի վրա:

Մի «բացակայ», հեռաւոր հիւանդի դարմանելու մեթօդը համարեայ ունի միեւնոյն սկզբունքը: Առանձնացէ՛ք մի այնպիսի սենեակ, ուր խաղաղութիւն է սիրում եւ աղմուկ չը կայ: Ձեր կամքի ոյժով ջանացէ՛ք ձեր մտում ունենալ հիւանդի մտաւոր-պատկերը, ինչպէս եթէ ձեր առաջ նստած լինէ՛ք: Եթէ դուք չէ՛ք նանաչում հիւանդին, այդ միեւնոյն է, ունեցէ՛ք որեւէ մի մարդու մտաւոր-պատկերը ձեր մտում: Նստէ՛ք այդ սենեակում մի արժուի վրա, եւ ձեզանից մի ոտք քանի հեռաւորութեան վրա դէ՛ք մի ուրիշ արժու, ձեր առաջնակողմը եւ բռնեցէ՛ք ձեր հիւանդի մտաւոր-պատկերը, իբր թէ նա նոյնպէս նստած է ձեր դէմնդէմը միւս արժուի վրա եւ գործածեցէ՛ք ձեր երեւակայութեան կարողութիւնը ամենամոծեղ կերպով: Երբոր ձեր միտքը կը սկսի տեսնել հիւանդի մտաւոր-պատկերը, սկսէ՛ք խօսել

նրան, որպէս թէ նա ներկայ է ձեր առաջ նսած, գործածելով միեւնոյն բառերը, ձայնի տօնը եւ միեւնոյն ձեւերը: Մոռացէ՛ք, որ ձեր հիւանդը գտնուում է մղոններ հեռու, այլ ջերմեռանդօրէն ջանացէ՛ք ձեր մտնում տեսնել նրան նսած ձեր առաջ: Այդպէս անելով դուք պիտի զգաք, որ ձեզնից պիտի սկսի զնայ դէպի նա մի մտաւորական հոսանք, որ առաս կերպով հոսում է ձեզնից դէպի հիւանդը: Եւ նա պիտի ազդուի նրանից եւ պիտի ստանայ ամենալաւ արդիւնք: Հետաւոր հիւանդին տրուած այս «խօսակցութեան» մէջ պէ՛տք է պարունակեն միեւնոյն հանգստացնող, հանդարտեցնող, մեղմացնող ներշնչումները առաջին անգամ, որից յետոյ պէ՛տք է սալ դրական, ոգեւորող, զօրաւոր ներշնչումներ: Ինչպէս որ մի ներկայ հիւանդին անձնական դարմանում տալիս դնում էք նրա միտքը հանգիստ եւ խաղաղ դրութեան մէջ, ձեր ներշնչումներով, եւ նրա միտքը խաղաղ եւ հանգիստ դրութեան մէջ դնելուց յետոյ տալիս էք դրական ներշնչումներ, այդպէս էլ պէ՛տք է վարուել մի բացակայ հիւանդի հետ:

Եթէ ձեր բացակայ հիւանդի համար ժամանակ նշանակէ՛ք, նրան պէ՛տք է գրէ՛ք, որ նա պառկի այդ ժամին իր մահնակալի մէջ եւ ինչ ինքն իրեն, պահէ իր միտքը հանդարտ եւ խաղաղ եւ կամաւորապէս փափկացնէ, թուլացնէ իր մկանները եւ ներվերը: Թէեւ այդ ժամադրութիւնը անհրաժեշտ չէ. անհրաժեշտ չէ, որ հիւանդը միջնէ իսկ գիտենայ դարմանումի ժամանակը: Միայն նա պիտի տայ իր համաձայնութիւնը եւ իմանայ, որ դուք նրան դարմանում էք օրւայ ընթացքում:

Հոգեբոյժը, որը դարմանումներ է ուղարկում բացակայ հիւանդներին, նա պիտի ծանօթ լինի Տեղեպաթիի օրէնքի հետ:

Բոլոր Մտաւոր Դարմանումի մէջ գործադրուած զօրութիւնը Մտքի Ոյժ է, մտաւորականութիւն, մտաւոր ազդեցութիւն:

Մտաւոր-Ռարմանումի սխտմով մի անձնաւորութիւն կարող է դարմանել ինքն իրեն: Այ մի սկզբունքային սարքերութիւն չը կայ ինքնադարմանումի եւ ուրիշին դարմանելու մէջ: Մտաւոր ինքնադարմանումի համար կայ մի պարզ եւ հեշտ մեթոդ: Միակ անհրաժեշտ բանը, որ դուք պէտք ունե՛ք մտաւոր ինքնադարմանում տալիս, դուք պէտք է երեւակայէ՛ք ձեզ, թէ մի հիւանդ է՛ք, եւ եկած է՛ք ձեզ մօտ բժշկելու: Ենթադրենք ձեր անունը Յակոբ Յակոբեան է եւ ուզում է՛ք դուք ինքներդ ձեզ դարմանել: Ճիշտ այդ բոլորի խորը կերպով զգացէ՛ք ձեր «ես»-ը: Կրկնեցէ՛ք ձեր մտում, կամ նոյն իսկ խօսելով բարձր ձայնով «Ես կարող եմ», «Ես կարող եմ ինքս ինձ դարմանել»: Այս խօսքն արտասանելիս պէտք է ձեր մտաւոր դրութիւնը դրական լինի: «Ես»-ի գիտակցաբար գործածելը մեզ կը տայ զօրութիւն եւ ոյժ: Արդ, դուք որպէս Յակոբ Յակոբեանի մարմինը, խօսեցէ՛ք Յակոբ Յակոբեանին (մտքին), հիշտ այնպէս դիմեցէ՛ք, որպէս թէ նա մի բաժան անձնաւորութիւն եղած լինէր: Ասացէ՛ք նրան, թէ նա ի՞նչ է անելու, ի՞նչ պէտք է գիտեմայ, եւ ասէ՛ք նրան, ինչ որ դուք ակնկալում է՛ք, որ նա անէ: Տուէ՛ք նրան միեւնոյն բուժիչ ներշնչումները, որ դուք պիտի տայիք մի ուրիշ հիւանդի: Խօսեցէ՛ք նրան, թէ ինչ է ձեր միտքը, որ կուզեմայիք, որ նա անէ եւ թէ ինչ պիտի անէ: Ապա տուէ՛ք Լուս Ռարմանում (Մտաւոր-Ռարմանում), հիշտ այնպէս, ինչպէս դուք կը տայիք մէկ ուրիշ հիւանդի: Ռարմանեցէ՛ք նրան բոլոր ժամանակ, ինչպէս դուք պիտի դարմանէիք մէկ ուրիշ հիւանդի: Դուք ինքնին պիտի զարմանաք, թէ որքան ազդեցիկ է այս դարմանումը: Այս ինքնադարմանումի ձեւի մէջ կայ զօրաւոր հոգեբանութիւն. զիլատր բանն այն է, որ դուք արդէն գիտէ՛ք, որ ձեր ենթագիտակցական միտքը «պիտի ընդունի ձեր ներշնչումները եւ պիտի գործէ ձեր փափաքի համաձայն»: Մտաւոր-Ռարմանում է, երբուր կասէ՛ք «Յակոբ Յակոբեան դու առողջ ես, դու անվախ ես, դու ուրախ ես», եւայլն, կամ որ նոյնն է, կրկնել մտում, «ես լաւ եմ», «ես առողջ եմ», «ես անվախ եմ»:

Մտաւոր-Ռարմանումի այս մեթոդները թէպէտ եւ շատ պարզ են, բայց այդ պարզութիւնները ձեռք են բերուած հմուտ հետազօտողների գիտական փորձառութեամբ:

Մենք արդէն տեսանք, որ միայն կայ ըստ ընդհանրի մէջ, ընդհանրի խմբերի մէջ, օրգանների մէջ եւ ամբողջ մարմնի մէջ, եւ թէ մտաւորական էներգիան բոլոր մտում բացասական է կենսոնական մտքի դրականութեան, երբոր պատշաճօրէն կը գործադրուի: Հիւանդի կենսոնական մտքը (ենթագիտակցութիւնը) գրգռուում է եւ համոզուում գործունէութեան եւ դրականութեան ներշնչումով եւ նոգեբոյժի մտաւոր հոսանքով: Հիւանդի կենսոնական մտքը համոզուելով այնքան է գրգռուում, որ ազգում է իր կողմից բոլորների, օրգանների մտքի վրա անգիտակցօրէն եւ բուժումն է լինում նրա արդիւնքը:

Հոգեբոյժը մարմնի մի մասնաւոր տեղի վրա դարմանում տալիս, իր մտաւոր էներգիան ուղղում է ուղղակի բոլորների մտքի վրա եւ նրանց օրգանների վրա: Ուրեմն Մտաւոր Դարմանումի մէջ տարբերութիւն չը կայ ընդհանուր Դարմանումի եւ Մասնաւոր կամ Տեղական դարմանումի մէջ: Դուք պէտք է սովորե՛ք խօսել օրգանին կամ մարմնի այն մասին, որ հիւանդ է եւ պիտի տա ներշնչումներ, Մտաւոր Դարմանումներ: Դուք աւելի եւ աւելի կը ըմբռնե՛ք եւ կը դարմանե՛ք բոլորներն եւ օրգանները, եթէ համոզուե՛ք, որ նրանք, իրապէս էութիւններ կամ անձնատրոսփիւններ են: Միտք կայ օրգանի եւ բոլորի մէջ: Բոլորների, բոլոր խումբերի, օրգանների, ներվերի եւ մարմնի միւս մասերի մտքին հասնելու համար, խօսեցե՛ք ուղղակի նրանց, ինչպէս որ դուք պիտի խօսե՛ք մէկ անձնատրոսփեան: Դուք պիտի մտածե՛ք ձեր հիւանդի մարմնի հիւանդ մասերի վրա, որպէս մի «անձնատրոսփեան», որ չարացել է եւ ձեր մտաւորական ոյժով պէտք է կուրծք օրգանի մտքի հետ, որ նա նորմալ գործ է առողջացնէ մարմինը: Ձեր մտում խօսեցե՛ք ձեր հիւանդին, ինչ որ դուք փափաքում էք, որ նա լինի, եւ նա կը ընդունի եւ կը հնազանդի:

Կայ միմիայն մէկ բուժական մտքի գորութիւն, նա մի բնական գորութիւն է, որը գործում է որոշ օրէնքների ներքոյ, եւ ոչ ծանօթ է այդ օրէնքների հետ, նա կարող է արդիւնք ստանալ նրա գործունէութիւնից:



Նկար թիւ 15

ՄԵԹՕԳ 23.—Թող ձեր ենթական նսած դիրքում լինէ, իսկ դուք կանգնեցող նրա այ կողմը, խօսեցէ՛ք նրան մի համակրական, բայց դրական տոնով, որ նա իր միտքը պահէ հանդարտ եւ խաղաղ, բոլորովին ազատ ուրեւ է ներվայնութիւնից: Ապա ձեր այ ձեռքը բարձրացնելով ծայեցէ՛ք ձեր միւս մասերը բաց պահէ՛ք ձեր միայն ցուցամասը եւ հրամայեցէ՛ք ձեր ենթակային առանց աչքերը բարթելու նայել ձեր մասի ծայրին. ձեր ձեռքի դիրքը, նրա աչքերի հաւասարութիւնից մի քիչ աւելի բարձր պիտի լինի, եւ մօտաւորապէս մէկի ոտք հեռաւորութեան վրա:

Երբու ենթական իր ուշադրութիւնը կենտրոնացրած ձեր մասի ծայրին կը նայի երկու բոլոր, սկսէ՛ք սալ հետեւեալ ներբնչումները. «Ձեր աչքերի կոպերը յոգնում են, քո կոպերը ծանրանում են, քո միտքը հանդարտ է, այժմ արդէն յոգնել են քո աչքերը, դու փուն ունիս եւ ինքդ մեծ ցանկութիւն ունիս քնելու, այս փունից դու պիտի ստանաս մեծ օգուտ: Հիմա փակիր աչքերդ եւ քնի՛ր»: Նրա աչքերը փակուելուց յետոյ, հեռաւորութիւնից երկու ձեռքերով մի քանի պասսեր կատարէ՛ք, գլխի զագաթից միջնեւ ստամոքսը, միտք վերելից ներքեւ, ձեր պասսերին միացրէ՛ք ձեր կամքի ոյժը եւ կամեցէ՛ք ձեր մտքում, որ նա քնէ. եւ անուշտ պիտի քնէ:



Նկար թիւ 16.

Մեթօդ 24.— Նստեցրէ՛ք ձեր ենթակային մի հանգիստ արողի վրա: Եւ հեամայեցէ՛ք նրան փակել աչքերը եւ մնալ հանգիստ եւ մտնով խաղաղ: Իսկ դուք կանգնելով նրա առաջ, ստրածեցէ՛ք ձեր երկու բազուկները եւ մօտաւորապէս նրա մարմնից երկու բքամաս հեռաւորութիւնից, գլխի գագաթից սկսած մինչեւ ծնկները քնաբեր պառսեր կասարէ՛ք: Պասսերի ընթացքում պէ՛տք է ինքներդ ունենա՛ք դրական Մճաւոր Դրութիւն, եւ ձեր մտնում, սալով ձեր ենթակայի անունն ու ազգանունը, ուժեղ կերպով կամեցէ՛ք, ստիպեցէ՛ք, որ նա քնէ: Ուժեղ մտադրութիւնը անհրաժեշտ է գործի յաջողութեան համար: Մի քանի րոպէ այդ մտաւոր դարմանումից յետոյ, յանկարծակի եւ մի գորաւոր տօնով ներենչեցէ՛ք «Քնի՛ր»: Պասսերը տակաւին շարունակեցէ՛ք մի երկու երեք րոպէ եւ նա արդէն ներենչելի դրութիւնումն է, տւէ՛ք ձեր դրական ներենչումները եւ ներենչելիս եռանդ դրէ՛ք ձեր խօսքերի մէջ:



Նկար թիւ 17.

ՄԵԹՕՎ 25.—Նստեցրէ՛ք ձեր ենթակային մի արձուի վրա
և հրահանգեցէ՛ք նրա միտքը խողող պահել, վստահացրէ՛ք նրան
որ այս դուրսեան մէջ մտնելով աւելի առողջ և աւելի լաւ պիտի
զգայ իրեն: Ապա կանգնելով նրա առաջ ձեր ձեռքերը դրէ՛ք թեթև
կերպով նրա ծնկերի վրա և հրամայեցէ՛ք ձեր ենթակային նայել
ուղիղ ձեր աջ աչքի մէջ: Արգելեցէ՛ք նրան թարթելը, և մի
թողէ՛ք որ նա աչքերը ձեր աչքերից հեռացնէ, այլ նայի ուղիղ ձեր
աջ աչքի մէջ: Ի հարկէ նրա աչքերը շուտով պիտի յոգնեն, պիտի
կարմրեն և արցունքոտիւն. հէնց որ դուք կընկատէ՛ք աչքերի այդ
յոգնածութեան նշանները, ներհնչեցէ՛ք հետետալը.— «Քո աչքերը
յոգնած են, շատ յոգնած, շուտով փունդ պիտի գայ և պիտի
ֆնտ»: Մի րոպէ ևս շարունակեցէ՛ք նայել նրա աչքերի մէջ և
յանկարծ հրամայէ՛ք «ընիր, փակի՛ր աչքերդ և ֆնիր»: Եթէ աչքերը
չի փակեց, դուք ձեր ձեռքով նրա կողքերը աստիճանաբար ցած
սանելով փակեցէ՛ք: Նա արդէն պատրաստ է ընդունելու ձեր
ներհնչումները, հակառակ պարագային շարունակէ՛ք ձեր
ֆնաթեր ներհնչումները:

ՊԱՅԾԱՌԱՏԵՍՈՒԹԻՒՆ (CLAIRYOYANCE)

Ենթագիտակցական միտքը ոյժ ունի տեսնելու, արանց մեր ժիզիվական տեսողութեան օրգանի, երբոր մեր գիտակցական միտքը թափուր է կամ ֆնած է:

Երկու գլխաւոր մեթոդներ կան պայծառաստութիւն առաջ բերելու համար: Մէկ մեթոդն այն է, որ առաջ է բերուում մի հիպնոսական ենթակայի մէջ նրա հիպնոսուած դրութիւնում, ամենախոր ֆէի մէջ. միւսն էլ այն է, որ մենք կարող ենք երեխաների մէջ առաջ բերել պայծառաստութեան երեւոյթը, առանց նրանց հիպնոսի ենթարկելու:

Նախ ծանօթանանք հիպնոսով առաջ բերուող պայծառաստութեան մեթոդների հետ:

Շատ դժուար է ասել, թէ ո՞ր ենթականերն են աւելի յարմար պայծառաստութեան համար. զգէ՛ս կամ զարգացած անձնաւորութիւնն այս հարցում կարեւորութեան արժանի չէ. պայծառաստութիւն կարելի է մտակել եւ զգէ՛սի եւ ինտելիգենտի մէջ. բաւական է որ ենթական ինքը արտանց կամենայ սննդ այդ դրութեան մէջ եւ իր ենթագիտակցական մտքի ոյժով տեսնել հետաւոր վայրեր, ծանօթ եւ անծանօթ ֆաղաֆներ, անձնաւորութիւններ, կորած կամ գողացուած իրեր եւ այլն: Յարմարագոյն ենթական ձեռք կը բերէ միմիայն փորձելով, եւ երբ կը զսնէ մէկը, որ ունի բնական յարմարութիւն այդ երեւոյթն առաջ բերելու, նրան պահէ՛ք ձեր ձեռքի սակ, որպէսզի հնարաւորութիւն ունենա՛ք ձեր կրկնուող փորձերով նրա այդ կարողութիւնը, որ ֆնած է, արթնցնել ժամանակի ընթացում:

Պատկերէ՛ք ձեր ենթակային մի փափուկ թախտի վրա եւ ասացէ՛ք նրան իր կամքը գործադրել եւ թուլացնել կամաւորապէս իր բոլոր մկաններն ու ներվերը, այնպէս թոյլ, որ նրան թւայ, թէ ինքը այլեւս ոյժ չունի մի՛նչեւ իսկ որեւէ մկան շարժման մէջ դնելու: Մի քանի րոպէ ժամանակ տուէ՛ք մի՛նչեւ որ նա կը կատարէ ձեր ներշնչումը: Ապա ներշնչեցէ՛ք, որ դադարի մտածելուց, միտքը խաղաղ պահէ եւ ֆնէ: Իսկ դուք, որպէս օպերատոր, հարկաւոր է, որ կամքի կատարեալ կոնտրոլ կենտրոնացնէ՛ք ձեր միտքը նրա վրա. կատարեալ վստահութեամբ, նրա կողքին կանգնած երկու ձեռքերով, սկսած նրա գլխի գագաթից մի՛նչեւ ոտները, երկար ֆնաբեր պասսեր կատարեցէ՛ք մտադրութեամբ: Եթէ գործ դնէ՛ք ձեր կամքը, դուք կը կարողանա՛ք նրան ֆնեցնել առանց բառացի ներշնչումների, գոնէ եւ խորհուրդ կը

սայի պայծառասեւ ենթակային ֆնեցնել մօքի կենսօրնացմամբ եւ պասսերով, իննին նրանք ենթակայի մարմնի վրայով կամ հեռաւորութիւնից: Երբոր դուք նկատեցիք, որ նա հիպնոսական երկրորդ աստիճանին է հասած, ասացէք երեք անգամ խոր-տունչ ֆաշել եւ զնալ միւս աստիճանը. երբ որ նա կատարեց ձեր ներշնչումը նա մարմինը կսկսի կծկուիլ, ջիդերը կսկսեն կարծրանալ, դա կատարիպսի է: Դուք կարող էք դարձեալ սալ միեւնոյն ներշնչումը, ասելով թէ «երեք անգամ խոր աստիճան ֆաշէք եւ զնացէք միւս աստիճանը, այսինքն ֆնեցէք աւելի խոր», նա նոյնպէս կը կատարէ ձեր հրամանը, խոր աստիճան կը ֆաշէ եւ դուք կը նկատէք, որ մկանների կարծրութիւնը ինննին նեղանում է. դա արդէն հիպնոսական չորրորդ աստիճանն է: Այս աստիճանում ներկաներից ամեն ոք կարող է նրան արթնցնել, որովհետեւ ենթական այս աստիճանում կարգում է բոլոր ներկայ տղոզների խորհուրդները: Սա Միսֆ կարդալու աստիճանն է, եւ խորհուրդ եմ սալիս ձեզ, այս աստիճանում չի պահել ենթակային, այլ հրամայել ֆնել աւելի խորը, երբոր աստիճան ֆաշեց եւ սկսեց շարունակել իր բունը, նա արդէն հինգերորդ աստիճանումն է: Այս աստիճանում կարող էք նրան երկար պահել, եւ նա այս աստիճանում կարող է նամբորդել ուր որ դուք կամենաք ուղարկել: Ի հարկէ առաջին փորձում նա շատ բաներում կը վրիպի. այդ վրիպումները տեղի չունենալու համար դուք նրան ուղարկեցէք այնպիսի վայրեր, որ իրեն ծանօթ են, ինքը տեղ է այն տեղերը, օրինակ եթէ նա իր ծննդավայրից հեռու է, ուղարկեցէք նրան իր ծննդավայրը եւ տեղ հարցեր այն տեղերի մասին: Ստիպեցէք նրան որ տեսնէ եւ տեսածները պատմէ իր բերնով: Երբոր դուք կը լսէք նրանից, որ նա չի տեսնում, ձեր աչք ձեռքով նա հակասի վրա, ձախից դէպի աջ կողմը մի ֆանի արագ պատմեր կատարելով եւ ներշնչելով միանգամայն, որ նա կարող է տեսնել, իր միտքն ոյժ ունի տեսնելու եւ յոսակ տեսնելու, եւ նա կը տեսնէ: Այսպէս նոյն ենթակային ամենայն օր հիպնոսացրէք եւ ուրիշ ոչ մի փորձի մի ենթարկէք, այլ միայն պայծառասեւութեան համար, եւ նա այդ պայծառ տեսնելու ենթացիսակցական կարողութիւնը կանի եւ կը զարգանայ:

Պայծառասեւը հինգերորդ աստիճանում նամբորդում է, նա իննն է (ենթագիտակցական միտքը), որ նամբորդում է մէկ տեղից միւսը, ուր որ դուք կը կամենաք, իսկ վեցերորդ աստիճանում նա չի նամբորդում, այլ ամեն ինչ որ ներշնչում էք, կամ աւելի հիշքը ուզում էք, որ նա տեսնէ, նա տեսնում է նոյնութեամբ իր առաջը:

Եթէ պայծառասեւի ձեզ տուած տեղեկութիւնները զսնէք, որ ուղիղ չեն, այդ նրանիցն է, որ նա

հիմնադրող կամ վեցերորդ աստիճանին չէ, եւ որովհետեւ դուք ստիպում էք, որ նա տեսնէ եւ երբ նա չի կարողանում, ձեր ստիպումների նեւումն սակ մի բան ասում է, լոկ պատասխանած լինելու համար:

Պայծառաստուրթեան երեւոյթը մի ենթակայի մէջ առաջ բերելիս, դուք ինքներդ, որպէս օպերատոր նրա այդ կարողութեանը չի պիտի տարակուսիք, ձեր մտնում պիտի կամենաիք, եւ պիտի հաւատաք արդիւնքի յաջողութեանը, եթէ դուք կասկածով վերաբերուէք, նա կը կարգայ ձեր խորհուրդը եւ փորձը կը վրիպի:

Պայծառաստուրթիւնը մի «եմած» կարողութիւն է, եւ նրան պիտի արթնցնել աստիճանաբար:

Ենթակային արթնցնելիս, ասացէք, որ նա կամաց-կամաց, աստիճանաբար պիտի արթնանայ: Եւ տուէք ընդհանուր ներշնչումներ:

Ի՞նչպէս առաջ քերել «Պայծառաստուրթիւն» երեւոյթների մէջ:

Արեւելի հին օկկուպիստիւնը կը պարտին պայծառաստուրթեան այս մեթոդը: Եգիպտոսում, Պարսկաստանում, Թիւրքիայում եւ Հնդկաստանում գործ է դրուել պայծառաստուրթեան այս ձերք անցեալ դարերում եւ գործադրում է այսօր եւս: Դերվիշները, շէյխերը կամ մոլլաները այս երեւոյթն առաջ բերելիս աղօթում են, խունկ են ծխում: Մի կօնքի մէջ ջուր եւ մի քանի արծաթ կտոր են գցում ջրի մէջ. ապա մի եօթից ասը սարեկան տղու նստեցնում են իրենց մօտ, եւ թանաքով սեւացնում տղու բթամաշի եղունգը, եւ որպէսզի եղունգը փայլի, նրա վրա քում են ձեթի իւղ: Տղի գլխին ծածկում են մի բարակ սաւան եւ դերվիշը հրամայում է տղուն նայել իր եղունգի մէջ, եւ ապա իր ձեռքի փոքրիկ փայտով մի երկու անգամ խփում է իր առաջ դրուած կօնքին եւ սկսում է ինչ որ անհասկանալի բառեր արտասանել, կամ Աստուծոյ եւ մարգարէների անուններ տալ, միւս կողմից անեղացնել խունգը կրակի վրա. եւ այս խորհրդաւոր դիւրումի ընթացքում հրամայում է տղուն ուշադրութեամբ նայել իր եղունգի մէջ, եւ անեղացնում է. «Ինչ մի մարդ պիտի տեսնես քո եղունգի մէջ, եւ այդ մարդը քո գործակատարն է, ինչ որ հրամայես նրան, նա պիտի կատարէ քեզ համար: Երբոր կը տեսնես այդ մարդուն, ասա ինձ»: Եթէ երեխան չի տեսնում, դերվիշը պնդում է, որ նա կարող է տեսնել եւ պիտի տեսնէ: Եւ արգարեւ, մի երկու րոպէից երեխան ասում է, որ նա տեսնում է: Դերվիշն ասում է տղուն, «նկարագրիւր ինձ, ինչպէս մարդ է». երեխան բարձր ձայնով պատմում է:

Դերվիսն ասում է երեխին, որ «այդ մարդը քո գործակասարն է, ինչ որ կասես նրան, նա պիտի կասարէ քեզ համար»: Այս գաղափարն երեխայի մեքի մէջ սպաւորելոց յետոյ, տղուն ասում է, որ բարձր ձայնով գործակասարին հրամայէ, «որ (այսինչ) մարդու գրպանից փող է գողացուել, հրամայիր, որ այդ գողին բռնէ եւ բերէ քո առաջը»: Տղան բարձր ձայնով հրամայում է իր երեսակայական գործակասարին, որ փողը գողացողին բերէ իր առաջ: Մէկ-երկու րոպէից յետոյ տղան յայտնում է, որ իր գործակասարն եկաւ եւ իր հետ մի մարդ է բերել; որի հագուստը եւ դիմագծերը նկարագրում է: Տղան իր եղունգի մէջ տեսածները պատմում է շէյխին: Շէյխը հրամայում է տղուն, որտեղ է այժմ գողացուած փողերը: Տղան հարցնում է իր գործակասարին, — եթէ գողի մօտն է, գործակասարը ինքը բաց է անում նրա գրպանը եւ ցոյց տալիս, իսկ եթէ մի տեղ թագրել է փողերը, այն տեղն է ցոյց տալիս տղուն, իսկ եթէ գողը փողերը տուել է ուրիշին, գործակասարը ցոյց է տալիս տղուն նոյն անձնաւորութիւնը: Եւ այս ձեւով զտնում են գողին եւ փողերը:

Այո, արեւելցի այդ հին օկուլտիստները օգտուել են երեխայի այս «տեսնելու» կարողութիւնից, բայց նրանք չեն մտածել երբէք երեւոյթը բացատրել գիտական կերպով, այլ այդ բոլորը վերագրել են իրենց աղօթքին եւ ծիսակասարութիւններին, եւ ի հարկէ, համարել են գեր-բնական:

Բայց մենք հաւատում ենք, որ ամեն ինչ բնական է եւ գերբնական ոչինչ չի կայ: Երեխայի մէջ տեսանելու կարողութիւն մտակելը մի բնական երեւոյթ է եւ շատ պարզ հասկանալի: Երեխայի եօթ տարիից մինչեւ տասը տարիքը, նրա պատմաւարանելու, առարկելու, դատելու կարողութիւնը դեռ չի զարգացել, հետեւաբար երեխաները իրենց այդ տարիքներում ինչ-որ կան ներշնչումներ որ կը ստանան, կը կատարեն նոյնութեամբ. կը հաւատան եւ կը կատարեն, ինչ որ հրամայէ: Ուրիշ խօսով, երեխան մի այդպիսի փորձի ժամանակ, դառնում է կատարեալ պասսիւ, եւ նրա գիտակցական միտքը դադարում է գործելոց իսկ ենթագիտակցական միտքը, արդէն բնականից ոյժ եւ զօրութիւն ունի «տեսնելու» առանց մեր ժիզիքական աչքերի: Երեխային փայլուն եղունգի վրա նայել տալը, ծառայում է այն բանին, որ երեխան կենտրոնացնէ իր ուշադրութիւնը, որովհետեւ նրան ասուած է, որ ինքը «տեսանող է» եւ իր եղունգի մէջ պիտի տեսնէ ամեն ինչ որ նրանից կը պահանջուի: Արեւելցի շէյխի «գործակասարի» գաղափարը տալու նպատակն այն է, որ զբոլէ երեխայի երեսակայութիւնը:

Եզրակացութիւն, ենթագիտակցական միտքը տեսնելու կարողութիւն ունի բնականից. կան

չափահաս մարդիկ, որոնք մտնելով պասսիւ դրութեան մէջ կամ կրիստալ գնդակի մէջ նայելով, զաւզացնում են այդ ենթագիտակցական մտքի տեսողութեան կարողութիւնը եւ զուստն ուրիշների համար:

Դուք ինքներդ կարող էք ձեռք բերել մի երեխայ 7-ից մինչեւ 10 տարեկան եւ մի առանձին սենեակում լուրջ եւ դրական դիրք ստանալ ձեզ, երեխային ասացէք, որ նա բնականից ծնուած մի «պայծառաստ» է եւ ասացէք, որ դուք նրա եղունգի վրա սեւ քանակ եւ իւղ էք փսխում, եւ քոյլ էք ստանալ նրան, որ ուշադրութեամբ նայի եղունգի մէջ մի փանի բոլոր, եւ նա պիտի տեսնէ, ինչ որ դուք կամենաք, որ նա տեսնէ եւ ձեզ պատմէ:

Այս ձեւով ստացուած «պայծառաստութիւնը» հիշատակական սկզբունքների վրա է հիմնուած եւ մինչեւ իսկ էլի մի տեսակ հիպնոս է:

Դ Ա Ս 35.

ՏԵԼԵՊԱԹԻ ԿՍՄ ԽՈՐՀՈՒՐԴԻ ՓՈԽԱՆՑՈՒՄՆ.

Մի մտքից ուղարկուած խորհուրդը կամ զգացողութիւնը դէպի ուրիշները, որոնք գտնուում են հեռաւորութեան վրա, առանց որեւէ տեսանելի, լսելի, մեքենական կամ ուրիշ ճիզիֆական փոխադրիչ միջնորդութեան, կոչուում է Տելեպաթի կամ Խորհուրդի Փոխանցումն:

Երբու մի անձնաւորութիւն իր մտքի խորհուրդները ուղարկում է մէկ ուրիշ անձնաւորութեան նամակով, նա յանձնում է այն պոստին եւ փոխադրում է իր խորհուրդների նշանները—գրերը: Երբու նա ուղարկում է պատգամներ թելեգրամի միջոցով եւ կամ նրաւիում է իր բարեկամին թելեֆոնի (հեռախօսի) գործիքի մօտ ուղղակի խօսելու, նա գործ է ածում պղնձեայ թելեր եւ էլէկտրականութեան կոնակները, կամ երբ պատգամ է ուղարկում անթել հեռագրի միջնորդութեամբ, նա գործ է ածում երկր եւ էլէկտրական կոնակները, քրքումները եւ այդ նշանագծերը ստանում են նրա խորհուրդները ընդունող գործիքին:

Այս ձեւերի հաղորդակցութեան մէջ պատգամ կամ խօսք ուղարկողը գործածում է որեւիցէ նշանագիծ, գիր, կէտ, գծեր եւ ուղարկում նրանց սուրհանդակի, թղերի կամ էլէկտրականութեան միջնորդութեամբ: Երբոր հաղորդակցութիւնը կատարուում է նամակով կամ հեռագրով, առաջինը տեսանելի է, իսկ երկրորդով՝ մասամբ տեսանելի, իսկ անթել հեռագրով բոլորովին անտեսանելի: Կայ նաեւ մէկ ուրիշ հաղորդակցութեան մեթոդ, որը ոչ միայն անտեսանելի միջնորդ կամ փոխանցող է, այլեւ մեքենական կամ արուեստական միջնորդների էլ պէտք չունի: Այս մեթոդը կոչւում է Տելեպաթի:

Եթերը, որ կրում է անթել հեռագրի էլէկտրական կոհակները, թրթռումները եւ հաղորդակցութեան հնարաւորութիւն սալիս, նոյն երբերը գոյութիւն ունի ամեն տեղ եւ Տելեպաթեան պատգամների միջնորդն էլ նոյն երբերն է: Ինչ որ մենք մտածում ենք երբեքում առաջացնում է թրթռումներ եւ այդ թրթռումները գնում եւ մտնում են մի ուրիշի ենթագիտակցական մտքի մէջ: Տելեպաթին մտաւոր հաղորդակցութեան գիտութիւնն է: Եւ որպէսզի կարողանաք ձեր խորհուրդները փոխանցել ուրիշների մտքերի մէջ, անհրաժեշտ է, որ մտակէք եւ զարգացնէք ձեր կենսօրնացման կարողութիւնը, նոյնպէս մտակէք եւ մտքի դրական դրութիւն: Իսկ ընդհակառակը Տելեպաթիական պատգամները ստանալ կարենալու համար պէտք է դնել միտքը խաղաղ, հանդարտ եւ պասսիւ դրութեան մէջ:

Առաջին փորձերի համար ընտրեցէք ձեր զգայուն ենթականերից մէկին եւ մտնեցնելով նրան մէկ առանձին սենեակում, հրահանգեցէք թույլացնել իր բոլոր մկանները եւ ընդունել մտաւոր խաղաղ եւ պասսիւ դրութիւն, ոչինչ չի մտածել, եւ եթէ որեւիցէ մի բան անելու ներքին պահանջ զգայ անելու, կատարել. օրինակի համար, եթէ նա պահանջ զգայ կանգնելու, գրելու, մի առարկայ իր տեղից վերցնելու եւ այլն, թող կատարէ: Ապա դուք եւս առանձնանալով մի ուրիշ սենեակում, կանգնեցէք ոտի վրա եւ ստացէք մտաւոր դրական դրութիւն, եւ ուժեղ երեւակայութեամբ բերէք ձեր մտքի առաջ խորհուրդ ստացողի (ենթակայի) դէմքը, ջանացէք ձեր մտքի ոյժով տեսնել նրա ամբողջ դէմքը: Երբ դուք ձեր այս փորձում կը յաջողիք, ձեր մտքում հրամայեցէք, օրինակ «Աւամ, վեր կաց եւ եկ իմ սենեակը»: Երբոր կատարէք նրան «վեր կաց», ձեր մտքում կատարեցէք վեր կենալու գործողութիւնը ձեր երեւակայութեան զօրութեամբ եւ քայլ առ քայլ նրա հետ ման գալով նրան առաջնորդէք իր սենեակից ձեր սենեակը: Այս մտաւոր հաղորդակցութիւնը շարունակեցէք, մինչեւ որ նա վեր կը կենայ իր աթոռից եւ քայլ առ քայլ կը գայ ձեր սենեակը: Եթէ փորձն անյաջող անցնի մինչեւ տասն եւ հինգ

րուպէ, ընդհատեցէ՛ք եւ երկրորդ օրը դարձեալ սկսէ՛ք փորձը նոյն ձեւով. ի հարկէ կրկին եւ կրկին բացատրելով ենթակային լինել կատարեալ պատասխի վիճակում, չը մտածել, այլ ընդունել ինչ զգացողութիւն որ կը գայ եւ կատարել այն: Եթէ ուզում է՛ք, որ ընդունողը սեղանի վրայի գիրքը վերցնէ՛ եւ ձեզ տայ, դուք պէ՛տք է ձեր մտնում նրա նետք քայլ առ քայլ մօտենալ սեղանին եւ բռնէ՛ք ձեր ձեռքում սեղանի վրա դրուած գիրքը: Գրքի իդէան, գրքի պատկերն է, որ պիտի ունենալ ձեր մտնում, ոչ թէ «գիրք» բառը:

Միտքը կենսօրնացման վարժեցնելու համար, ձեր մտնում պատկերացրէ՛ք ձեր մի բարեկամի դէմքը: Նստէ՛ք հանդարտ մտնով եւ փակելով ձեր աչքերը գործ դրէ՛ք մի փոքր եռանդ, եւ ձեր բարեկամի պատկերը կը լինի ձեր առաջ: Տուէ՛ք նրա անունը եւ փափաքեցէ՛ք, կամ ուղղակի ասէ՛ք, որ ձեզ վրա մի նամակ գրէ: Եթէ դուք ուղարկեցի՛ք այս պատգամը նրա մտքի պատասխով եւ խաղաղ րուպէներում, կամ երբ նա բնական ճիշտ մէջ է, նա կը ստանայ ձեր պատգամը եւ կը կատարէ ձեր փափաքը, բայց եւ այնպէս աւելի յարմար է ենթակայի նետք համաձայնութեան գալ եւ հաղորդակցութեան համար որոշ ժամ նշանակել:

Տելեպաթիական հաղորդակցութեամբ դուք կարող է՛ք դարձանել հեռաւարտութեան վրա զգնող մի հիւանդի: Եթէ արդէն ըմբռնած է՛ք Մտքի Օրէնքը, եւ գիտէ՛ք, որ մի անձնաւորութեան ենթագիտակցական մտքի մէջ խորհուրդներ սպառել չի կարելի, անոանց հեռացնելու, կամ ֆնեցնելու նրա գիտակցական միտքը, ուստի եւ անհրաժեշտ է նախ քան ձեր տելեպաթիական պատգամներ ուղարկելը ստանալ հիւանդի համաձայնութիւնը եւ նշանակէ՛ք նրա համար օրեկան երկու տարբեր ժամանակներ, որ նա անձնանայ այդ ժամերին մի սենեակում եւ փափկացնէ իր մարմինը, եւ դնէ իր միտքը կատարեալ ընդունող դրութեան մէջ. եւ նոյն ժամին դուք կուղարկէ՛ք ձեր մտնում դարձանումները:

Մի հիւանդի համար առողջարար ներշնչումներ փոխանցելիս, պէ՛տք է նոյն անձնաւորութեան ձեր մտնում տեսնէ՛ք կատարեալ առողջ. դուք պիտի տեսնէ՛ք ձեր մտքի աչքով նրա բոլոր օրգանները առողջ, եւ այդ մտադրութիւնում դուք պիտի կատարէ՛ք շունչներով նրա առողջութեան մասին. որովհետեւ հիւանդի մարմնական հիւանդութիւններ առողջացնողը նրա ենթագիտակցական միտքն է. հետեւաբար եթէ ցաւի, հիւանդութեան գաղափարներ բռնէ՛ք ձեր մտնում, նրանք կը հասնին նրա ենթագիտակցական

մտքին եւ այնտեղ կը սպաւորուեն հիւանդոս խորհուրդներ, իսկ հիւանդ խորհուրդները հիւանդութիւն կը բերեն, առողջ խորհուրդները առողջութիւն:

Պատգամներ (խորհուրդներ) ուղարկելիս պիտի ջանամ գորտուր կերպով կենսօրնացնել ձեր միտքը անմիջական ձեր գործի վրա: Սկզբում դժուար է միտքը կենսօրնացնել միմիայն մի բանի վրա, վտարելով բոլոր միւս խորհուրդները մտքից դուրս. բայց կրկնող վարժութիւնները կը գորեղացնէ մեր կենսօրնացման կարողութիւնները:

Տելեպաթիական հաղորդակցութիւն կատարում է շատ անգամ ինքնաբերաբար, առանց մեր գիտակցութեան: Շատ անգամ էլ մարդիկ տելեպաթիական հաղորդակցութիւն են ունենում իրենց բնական բունի ընթացում:

Այն անձնատրութիւնները, որ դրական են եւ ունեն գորտուր կամք, նրանք ամենալաւ փոխանցողներ կը դառնան, եւ այն մարդիկ, որոնք պատսիւ են՝ ամենալաւ ընդունողը: Ուրիշ խօսումը դրական մտքի տէր մարդիկ կուղարկեն մտաւոր պատգամներ, իսկ պատսիւ մարդիկ կընդունեն նրանց:

ՀԻՊՆՈՍԱԿԱՆ ՍԷՍՆՍՆԵՐ (ՅՈՒՑԱՀԱՆԳԷՍ)

Հիպնոսական սեանքներ սալը նպաստում է միմայն այս գիտութիւնը ժողովրդականացնելուն: Բոլոր ֆաղափարքուած երկրների բնակիչները ընդհանրապէս կարողացան կարճ ժամանակում ստանալ որոշ գաղափար հիպնոսիզմի, ներշնչումի, նոր-հոգեբանութեան եւ Մսֆի-Ոյժի վրա, հիպնոսիսների սեանքների միջոցով: Երբ ժողովուրդը կարգում է մի հիպնոսիսի յայտարարութիւնը, որ նա այս ինչ բացօթում դասախօսելու է այդ նիւթից եւ ցոյց է տալու գործնական փորձեր, մարդիկ հետաքրքրում են եւ գնում լսելու եւ տեսնելու մարդկային Մտաւոր-Ոյժի արտադրութիւնները: Հմուտ եւ փորձառու հիպնոսիսը գիտէ դարձնել իր սեանքը հետաքրքիր ներկաների համար, եւ զգոյշ է իր առաջ բերած երեւոյթների մէջ: Նա իր ենթականերին կը ներշնչէ ամեն տեսակ ծիծաղեցնող տեսարաններ, առաջ կը բերէ անզգայութիւն ենթականի մարմնի որեւէ մասում, կամ առաջ է բերում կարծրացումն, (կասալտայսի) ամբողջ մարմնի մէջ, բայց նա միշտ կը խուսափէ ցոյց տալու ժողովրդին այնպիսի տեսարաններ, որոնք վախ եւ սարսափ ազդեն ներկաների վրա:

Յաջող հիպնոսական Սեանք (ցուցահանդէս) տալու համար հարկաւոր է լաւ ուսումնասիրած լինել Մսֆի-Օրէնքը, եւ ունենալ գործնական փորձառութիւն:

Դուք այս կուրսից սովորեցիք Մսֆի-Օրէնքը, Համաձայնութեան Օրէնքը, Ներշնչման Օրէնքը, հասկացաք գիտակցական եւ ենթագիտակցական մտքերի օրէնքը: Դուք սովորեցիք ներշնչել, եւ բոլոր հիպնոսական սեանքի մէջ գլխաւոր գործը կամ միջնորդը «Ներշնչումն» է:

Դուք գիտէք, որ մի նոր ենթականի վրա չի կարելի առաջ բերել հիպնոսական աւելի բարձր երեւոյթներ, ինչպէս պայծառատեսութիւն, Խորհրդի Փոխանցումն եւ այլն. յետոյ դուք սակաւին ծանօթ չէք ձեր նոր ենթականի խարակտերի հետ եւ դուք չը գիտէք, թէ նա ինչ ներշնչումներ կընդունէ կամ կը դիմադրէ. ուստի նախ քան ցուցահանդէս տալու դուք պիտի ունենամք մի քանի զգայուն ենթականեր, որոնց վրա դուք բազմատեսակ փորձեր կատարած ունենամք նախօրօք, եւ ձեր ցուցահանդէսի օրը նոր ենթակաների հետ նրանց եւս կը նրախրէք բեմի վրա:

Յուցահանդէսի մասին կարող էի յայտարարութիւն տալ տեղական թերթերում եթէ մեծ քաղաք է, փոքր տեղերում ձեռքի յայտարարութիւններն էլ բաւական է: Այդպիսի մի յայտարարութիւն դժուար չէ պատրաստելը եւ մի քանի պարզ խօսքերով հրաւիրել հասարակութեան Մտի-Ոյժի, Ներշնչումի եւ Հիպնոսիզմի գործնական արդիւնները տեսնելու:

Ապա սեանքը սկսելուց առաջ մի համաձոս նախաբանով տուէ՛ք հիպնոսիզմի պատմութիւնը, բացատրեցէ՛ք ներշնչման օրէնքը եւ համաձայնութեան օրէնքը: Ծանրացէ՛ք այն կէտի վրա, որ մանաւանդ հիպնոսուիլը մի անվնաս դրութիւն է, թէ նրանից ոչ մի վնաս չի գալ, թէ շատ օգտակար դրութիւն է, որի մէջ երբոր ենթակային կը տրի առողջարար ներշնչումներ, հիւանդը կազատւի իր սանջանքներից եւ կառողջանայ: Յետոյ անկացրէ՛ք, որ դուք պիտի հրաւիրէ՛ք երիտասարդ մարդիկ (երկու տեղից), որ զան բեմի վրա այս հետաքրքիր փորձերին ենթարկուելու, պիտի ասել, որ դուք այնպիսի մարդկանց պէտք ունէ՛ք, որոնք արտանք կը փափաքին ենթարկուել: Եւ հրաւիրեցէ՛ք 15-20 կամաւորներ, որոնց հետ նաեւ ձեր սեպհական ենթականերն էլ կը բարձրանան բեմ:

Այժմ նստեցրէ՛ք նրանց առանձին-առանձին սթոռների վրա բոլորաձեւ շարուած, նրանց երեսները դէպի ժողովուրդը: Ապա սկսէ՛ք իւրաքանչիւրին ենթարկել հետեւեալ փորձին, — կանգնելով իւրաքանչիւր ենթակայի առաջ ձեր աչք ձեռքի երկու մատերով (բթամատ եւ ցուցամատ) նրա քթի արմատից սկսած կամաց եւ ծանր շփելով տարէ՛ք մինչեւ քթի ծայրը, միեւնոյն ժամանակ ներշնչելով հետեւեալը. — «Քո քիթը ըէզիքի նման երկարացում է»: Եւ ձեր մատերը տարածութեան մէջ էլ տարէ՛ք կամաց-կամաց, եւ դարձեալ յետ բերելով դրէ՛ք քթի արմատի վրա, կրկնելով նոյն ներշնչումը: Նրա նայուածքը եթէ կենտրոնացաւ իր քթի ծայրին, նշանակում է նա զգայուն ենթակայ է, իսկ եթէ նրա նայուածքը զնաց ուրիշ կողմ, նրան ուղարկէ՛ք յետ իր նախկին տեղը, ժողովրդի մէջ, որովհետեւ նա լաւ ենթակայ չէ, կարող է՛ ձեր փորձերի մէջ վրիպել եւ դա վատ սպաւորութիւն կը թողնէ՛ հանդիսականների վրա: Երբոր բոլոր ենթականերին այդ փորձին ենթարկելուց յետոյ արանցից զգայուններին, միմեանց մօտ նստեցնելով բոլորաձեւ շարած սթոռների վրա, դուք եւս կանգնեցէ՛ք մի քանի քայլ նրանցից հեռու, նրանց առաջ, հրամայեցէ՛ք նրանց ամենքին նայել ձեր աչքերին եւ շարժել իրանց բազուկները մէկը միւսից յետոյ, իրենց բոլոր ոյժով, երբ նրանք սկսան շարժել մէկը միւսի յետեւից իրենց թեւերը, ժամանակ է նրանց ներշնչելու, թէ «Ձե՛ք կարող դադարեցնել, չէ՛ք կարող», «որքան ջանաք դադարեցնել

ձեր բազուկները, նո՛ւա նոյնձան աւելի արագ պիտի դառնան, չէ՛ք կարող»: Մի երկու վայրկեան այսպէս շարունակելուց յետոյ, ձեր ձեռքերը միմեանց ծափահարելով ասացէ՛ք, որ «կարող է՛ք, կարող է՛ք դադարեցնել, կարող է՛ք այժմ»: Եւ ազդեցութիւնը կը հեռանայ նրանցից:

Հիպնոսական սէանս տալիս, պէ՛տ է լինէ՛ք վերջին ծայր աչալուրջ եւ ձեր միտքը ձեր գործի վրա կենտրոնացած: Բէ՛ւմ գնալուց առաջ դուք պէ՛տ է հոգ սանէ՛ք որ դուք ունենա՛ք դրական մտաւոր դրութիւն, այսինքն լինել ինքնավստահ, աներկիր, համարձակ եւ յաջողութեան մասին վստահ: Դորա հետ եւ ձեր արտաքին երեսոյթը պէ՛տ է գործէ՛ ներդաշնակօրէն, ձեր մազերը պիտի լաւ սանտրուած լինեն ձեր հագուստը մաքուր եւ վայելուչ պիտի լինի, նոյնպէս մաքուր ձեր օձիքը եւ փողկապը, կօշիկները լաւ փայլեցրած: Ձեր նախաբանը չը պէ՛տ է երկար եւ ձգձգուած լինի, նրանց մէջ մտքի օրէնքին հակասող ակնարկութիւններ չը պէ՛տ է լինեն:

Այժմ հրաւիրեցէ՛ք ձեր սեպհական ենթականերից մէկին բեմի մէջսեղը եւ դառնալով հասարակութեան բացատրեցէ՛ք երկու խօսով, թէ դուք առանց այդ պարօնին հիպնոսական փունի ենթարկելու, պիտի ձեր գաղափարները զգաւորէ՛ք նրա մտում, լոկ ներշնչումով: Ապա դառնալով ձեր ենթականին հրամայեցէ՛ք միացնել իր երկու ձեռքերը միմեանց եւ իր բոլոր ոյժով սեղմել նրանց միմեանց: Ապա ձեր երկու ձեռքերով թեթեւ կերպով բռնելով ձեր ձեռքերի մէջ, մի գորտուր նայուածք նետէ՛ք նրա աչքերի մէջ եւ ներշնչեցէ՛ք. «Երբոր ես կը համեմ երեք, քո երկու ձեռքերը պիտի կայչեն միմեանց, որքան դու ջանաս բաժանել, նրանք նոյնձան աւելի պիտի կայչեն, մէկ, երկու... երեք»: Երեք ասելիս հեռացրէ՛ք ձեր ձեռքերը նրանից եւ շարունակեցէ՛ք ներշնչել, «չես կարող, չես կարող եւ այլն»: Ապա հեռացրէ՛ք ազդեցութիւնը: Կատարեցէ՛ք աչքերը փակելու, անունը մտազնայելու, թեւը կարծրացնելու եւ այլ ճիգիական փորձեր, նոյնը կատարեցէ՛ք բոլոր ենթակաների վրա: Ֆիզիքական այս փորձերը հետաքրքրական են հանդիսականների համար եւ ծիծաղ պատճառող, միւս կողմից այս ճիգիական փորձերը ենթականերին կը դարցնեն աւելի զգայուն, եւ նրանց հիպնոսացումը կը կատարուի րոպէապէս:

Հասարակութեան մէջ երբեմն լինում են մարդիկ, որ տրամադրում են այսպիսի սէանսներում սկանդալներ սարքել: Մի կորցնէ՛ք ձեր ստունութիւնը, մի յուզուի՛ք կամ մի բարկանա՛ք, ձեր խաղաղ, բայց դրական մտքով կարող է՛ք դիւրեւ ամբողջ հասարակութեան եւ նրան առնել ձեր կօնտրոլի ներքոյ:

Ժիծաղելու տեսարան.— Հիպնոսացրէ՛ք ձեր բոլոր ենթականերին խմբովին, եւ ասացէ՛ք նրանց, որ երբ կը բանան իրենց աչքերը պիտի ունենան խստոյ զգացողութիւններ ստամոքսի փոսիկում եւ որքան նրանք ջանան դադարեցնել ծիծաղելը, առելի շատ պիտի ծիծաղեն: Կրկնեցէ՛ք այս ներշնչումները եւ հրամայեցէ՛ք բանալ իրենց աչքերը, հէնց որ կը բանան աչքերը դուք ինքներդ սկսէ՛ք ծիծաղել եւ նրանք կը հետեւեն եւ շատ կը չարչարեն ծիծաղը դադրեցնելու համար եւ չեն յաջողիլ, մինչեւ որ դուք կարթնցնէ՛ք նրանց:

Հարբեցողի տեսարան.— Դրէ՛ք ձեր ենթականերին փունի մէջ եւ ասացէ՛ք նրանց, որ երբ աչքերնին կը բանան իրենց պիտի գտնեն ոգելից ըմբելիքների ազդեցութեան տակ: Ասացէ՛ք նրանց, որ նրանք խմում էին եւ այժմ ուրախ են, եւ ասացէ՛ք որ նրանք չեն կարող ուրիշ կերպ վարուել. ինչպէս հարբեցողներ պիտի բզաւեն եւ երգեն: Եւ պիտի ման գան հարբածի նման բեմի վրա. երբոր նրանք սկսան հարբածի նման ման գալ, ասացէ՛ք նրանց, որ նրանք շուտով հիւանդանալու են եւ երբ նրանք հիւանդանալու նշաններ ցոյց կը տան իսկոյն արթնցրէ՛ք:

Ռեալիստից քիթ.— Երեւ-չորս ենթակաների ասացէ՛ք, որ նրանց քթերը ռետինից են շինուած, այնպէս որ նրանք կարող են երկարացնել նրանց, իրենց երկու մատերով բռնելով քթերը եւ որի վրա ջութակի նման կը նուագեն եւ կը պարեն նրա ձայնովը:



Նկար թիւ 18.

մէկի ձեռքը տուէ մի կորաւոր աւել, միսսին մի զաւազան, երորդին մի այլ առարկայ եւ ներեցեցէք երեքին էլ, որ նրանք յաւ նուագիչներ են եւ պէտք է իրենց ինստումէնսներով նուագեն եւ երգեն: Ապա հրամայեցէք բանալ աչքերը եւ նուագել:



Բերանը չի կարող փակել. — Կանգնեցրէք երեք ենթակաների կողմ-կողմի, առանց ֆնեցնելու, հրամայեցէք բանալ իրենց բերանները եւ նայել ձեր աչքերի մէջ: Ի՞նչ այժմ ձեր մասերով դիպչելով նրանց կզակներին դրական տոնով ներեցեցէք, «*Դուք չէք կարող փակել ձեր բերանները, չէք կարող*»: Երբու նրանք կը ջանան եւ կը փորձեն փակել եւ անկարող կը գտնեն այդ անելու, ազդեցութիւնն հեռացրէք սովորական մեքողով:



Նուագում են ժամսօյինի, կամ սազի, թառի վրան. — Նստեցրէք արուների վրա երեք ենթականեր եւ նրանց հիպնոսացնելուց յետոյ



Նկար թիւ 19.

Պարնչու տեսարան.—Հիպնոսացրէ՛ք ձեր բոլոր ենթականերին եւ նրանցից մէկին ասացէ՛ք որ նա երեսելի նուագող է եւ այժերը բանալուց յետոյ պիտի գտնէ թառը իր գրկին եւ պիտի նուագէ: Պատճառով միւս հիպնոսուած ենթականերին ասացէ՛ք, «Երբոր այժերնիդ կը բանաք, պիտի լսէք միւզիկ եւ պիտի սկսէք պարել», բոլորն էլ պէտք է պարեն: Արթնցրէ՛ք այն մէկը որ պարել չի գիտում եւ թողէ՛ք մնացեալը պարեն, ջանացէ՛ք կառավարել պարը, երբեմն ոգեւորացրէ՛ք նրանց ձեր ֆազայերիչ խօսքերով:

Տաք աթոռի տեսարան.—Երկու երեք ենթակաների դրէ՛ք բունք մէջ եւ ասացէ՛ք նրանց, որ երբ այժերը բանան նրանց արթոնները կրակի նման պիտի սափանան, եւ որքան յահալս նստեն նրանց վրա այնքան աւելի պիտի սափանան: Ապա ասացէ՛ք նրանց բացել իրենց այժերը: Հիմա իւրաքանչիւր արթոնի վրա մի մի արագ պասսեր կատարելով եւ ասելով «այրում է», նրանք կը ցատկեն վեր, բարձր աղաղակով: Ապա դուք ինքներդ վերցրէ՛ք միեւնոյն արթոններից մինը եւ նստէ՛ք ցոյց տալու համար որ սափ չէ արթոնը եւ երբոր նրանք կը գնան նստելու արթոնների վրա մի պասս կատարելով ասացէ՛ք դրական կերպով «սափ է», եւ նրանք նորից պիտի վեր ցատկեն արթոններից աղաղակներով: Մի ֆանի ռոպէից յետոյ արթնցրէ՛ք:

Ատամնաբոյժն ու հիւանդը.—Հիպնոսացրէ՛ք երկու ենթականեր, նրանցից մէկին ներհնչեցէ՛ք, թէ նրա ատամը պիտի սկսի ցաւել հէնց որ կը բանա իր այժերը եւ դուք նրան պիտի առաջնորդէ՛ք ատամնաբոյժի մօտ, որ ֆաշէ ատամը: Թողէ՛ք նրան հանգիստ եւ միւս ենթակային ներհնչեցէ՛ք, որ նա ատամնաբոյժ է եւ դուք նրա մօտ մի հիւանդ էք բերելու, որ ֆաշէ նրա ատամը: Արդ հրամայեցէ՛ք երկուսին էլ բացել իրենց այժերը: Հիմա տուէ՛ք մի գլանաձեւ թուղթ ատամնաբոյժին եւ ասացէ՛ք, որ նա իր ատամ ֆաշելու գործիքն է, միւսին էլ ասէ՛ք, թէ նրա ատամը սաստիկ ցաւում է եւ ձեռքից բռնելով սարէ՛ք նրան ատամնաբոյժի մօտ եւ հրամայեցէ՛ք ատամնաբոյժին ֆաշել նրա ատամը: Արդէն ատամնաբոյժը գիտէ իր անելիքը: Մի ֆանի ռոպէ յետոյ արթնցրէ՛ք հիւանդին, իհարկէ ատամնաբոյժը պիտի ջանայ պահել նրան իր արթոնի մէջ իսկ հիւանդը, որը արդէն արթուն է, պիտի դիմադրէ եւ այս տեսարանը մեծ ծիծաղ է առաջ բերում: Արթնցրէ՛ք ատամնաբոյժին եւս:

Մարմնի կարծրացումն մ'ի խումբ ննթակաների վրա, անմ'իջական կարծրացումն.— Որպէս զի կարողանաւ մ'ի խումբ ենթակաների մ'ի ներենչումով կարծարացնել, նախօրօք պէտք է նրանց հիպնոսացնէ՛ք եւ պէտք է տաք նրանց յեւ-հիպնոսական ներենչումներ, օրինակ պէտք է աւել, այսուհետեւ երբոր կը լսէք ինձնից «կարծր» բառը, ինչ դիրում էլ որ լինէք, ձեր ամբողջ մարմինը պիտի կարծրանայ: Տուէք այս ներենչումները մ'ի քանի անգամներ, որ սպաւորուի կարծրութեան գաղափարը նրանց մտքերի մէջ:

Հիպնոսական սէանս տալիս ձեր սեպհական ենթականերից մէկին հրամայեցէ՛ք պարել, միտին ներենչեցէ՛ք լացել, համոզելով նրան թէ իր եղբայրը մեռած է, երրորդ ենթակային ներենչեցէ՛ք ծիծաղել. չորրորդին երգել, հինգերորդին դէպք հոնտօրի դերի մէջ, որ դասախօսում է. եւ երբ ամենքը իրենց դերերի մէջ են, յանկարծ բարձր ձայնով արտասանեցէ՛ք, «կարծր, կարծր»: Եւ նրանք բոլորը կը մնան իրենց դիրքերի մէջ կարծրացած, անկարող ուրեւ է շարժում անելու. նրանց կարող է՛ք գրկելով տանել եւ շարել բեմի առաջը կողմ կողմի. սա մ'ի այնպիսի նետաբոլոր տեսարան է որ հէնց աւել այդ ենթակաները մարդկային չեն, այլ անուռնչ էակներ, իսկ նրանց դէմքերի արտայայտութիւնը խրամանջիւրը այնքան բնական է, որ ամենանշանաւոր դերասանն իսկ չի կարող իր միմիկան այդպէս բնական կերպով կատարել:

Կատունների տեսարան.— Հիպնոսացրէ՛ք երկու ենթակաների եւ նրանց ասացէ՛ք, թէ երբոր աչքերնին բանան պիտի զգան, որ այլեւս մարդ չեն այլ կասու են, եւ պիտի ման գան չորս ոտով կասուի նման, պիտի մուկ բռնեն եւ կասուի նման մլաւեն, միմեանց հետ պիտի կուռեն, բայց զգոյշ պիտի լինեն միմեանց վիրաւորելուց: Ապա հրամայեցէ՛ք աչքերնին բանալ, նրանք հիանալի կերպով կը կատարեն ձեր հրամանները:

Կարծրացման տեսարան.— Կանգնեցրէ՛ք ոտի վրա ձեր մ'ի փորձուած ենթակայի, ոտերը միացրած եւ ձեռները, բազուկները կողմերին կախ ձգած. ձեր ձեռներով միացրէ՛ք նրա ազդրերը եւս: Ասացէ՛ք նրան փակել իր աչքերը եւ կամաւորապէս կարծրացնել իր մարմինը: Ապա ձեր աջ ձեռնով բռնեցէ՛ք նրա նակասը, իսկ ձախով նրա գլխի ետերը, ծոծրակից քիչ վերեւ եւ տուէք հետեւեալ ներենչումը. —

«Այս անգամ դու պիտի ֆնես ոսի վրա կանգնած եւ չի պիտի ցած ընկնես, պիտի ֆնես կարծրացած մարմնով... քո ֆունը զալիս է... դու ֆուն ունես... դու պիտի մսնես խոր ֆունի մէջ. դու պիտի ֆնես ոսի վրա կանգնած, նոյնքան խորը, որքան եթէ ֆնած լինէիր քո անկողնում, շատ ֆուն ունիս, Քնիր... Քնիր... Քնիր... Խոր ֆնիր, եւ այլն»:



Նկար թիւ 20.

Բաւականաչափ ֆնաբեր ներհնչումներ տալուց յետոյ, երբ նկատեցիք որ նա ֆնած է, ձեր երկու ձեռներով նրա գլուխը քիչ վեր բարձրացնելով ներհնչեցէ՛ք նետետալը.— «Քո մարմինը կարծրանում է, կարծր, կարծր, ինչպէս պողպատ: Դու ֆնում ես ոսի վրա կանգնած. քո ամբողջ մարմինը կարծր է, կարծր, ֆարի նման կարծր, դու չես կարող ծուռել, կարծր ես ինչպէս պողպատ: Այս ներհնչումները տալու ժամանակ նրա մարմնի առաջից, գլուխից մինչեւ ոտները, յետեւից, նոյնպէս գլխից ոտները պատուէր տուէ՛ք արագ-արագ: Եւ երբ նա բոլորովին կարծրացաւ, ձեր երկու ձեռները դնելով նրա ֆամակին, երկու ուտերի մէջտեղը ասացէ՛ք, «Երբոր իմ ձեռներն յետ կը ֆաշեմ քո ֆամակից, դու պիտի ընկնես յետնկոյս, ես քեզ պիտի բռնեմ եւ նետետետամբ դնեմ յասակի վրա»: Ապա կամաց ֆաշեցէ՛ք ձեռները նրա ֆամակից, նա կը ընկնէ ձեր գրկի մէջ եւ դուք զգուշութեամբ նրան կը պառկեցնէ՛ք յասակի վրա եւ շարունակելով ձեր պատուէրը նրա մարմնի վրայով, միշտ կրկնեցէ՛ք, «Դու կարծր ես, ինչպէս պողպատ, կարծր ես եւ չես կարող ծուռել, չես կարող»: Հիմա դէ՛ք երկու արթունք միմը նրա գլխի եւ միւսը ոտների մօտ, երկու արթունքերի վրա զետեղեցէ՛ք մի-մի փոքրիկ

բարձր, եւ մի զօրաւոր մարդու օգնութեամբ մէկը ուտերից, միւսն էլ ոտերից բռնած նրան պառկեցրէ՛ք այդ երկու արթունքերի վրա: Իհարկէ երկու արթունքերի մէջի տարածութիւնը դասարկ է, բայց ենթական չի ընկնում, այլ անշարժ մնում է իր դիրքում: Նրան արթունքերի վրա երկարացնելուց յետոյ, շարունակեցէ՛ք ձեր պատուէրն ու ներհնչումները ասելով. — «Դու այժմ կարծր ես, դու չես զգում ոչ մի ծանրութիւն քո մարմնի մէջ, քո մարմնի վրա մի ֆանի մարդիկ կարող են կանգնել եւ դու

ծանրութիւն չես զգալու, չես ծռուելու, դու կարծի ես, դու ծանրութիւն չես զգալու»։ Այժմ կարող էի երեւ չորս պատանիներ կանգնեցնել նրա մարմնի վրա։

Պէտք չէ երկար պահել այս դրութիւնում, երկու-երեւ ռոպէ բաւական է։ Ցածր բերէի նրա մարմնի վրա կանգնողներին եւ ձեր օգնականի հետ միասին ենթակայի ուսերից եւ ոտներից բռնած դրէի յասակի վրա, եւ ձեր ձեռքը դնելով նրա սրտի վրա ասացէի, որ նրա սիրտը լաւ է գործում, թէ նրա շնչառութիւնը հանգիստ է, թէ նա կարող է մարմինը եւ մկանները փափկացնել եւ նա շուտով զարթնելու է ու իրեն շատ լաւ է զգալու եւ ապա կատարեցէի արթնցնող պատեր եւ արթնցրէի։

Այս տեսարանից յետոյ սովորաբար ես փակում եմ ցուցահանդէսը, յայտնելով իմ շնորհակալութիւնը։

Ուսում են ստիւը իբրեւ խնձոր.— Հիպնոսացրէի երեւ, չորս ենթակաների եւ նստեցրէի նրանց մի սեղանի շուրջը, որ նախօրոք դրուած կը լինէ բեմի մէջտեղը։ Սեղանի վրա մի ֆանի հաս սոխեր դրէի մի պնակի մէջ։ Եւ ասացէի ենթականերին, որ երբ աչկերնին կը բանան, սեղանի վրա պնակում խնձորներ պիտի գտնեն։ Ասացէի նրանց, թէ շատ համեղ խնձորներ են եւ նրանց համար է դրուած, որ վայելեն։ Ապա հրամայեցէի ենթականերին բանալ իրենց աչկերը, եւ նրանք իրենց աչկերը բանալուց իսկոյն պիտի յարձակուեն սոխերի վրա եւ ուտեն իբրեւ խնձոր։ Երբոր նրանց բերանը կը լեցնեն սոխով, արթնցրէի նրանց։ Ենթակաների սոխի համը հեռացնելու համար, կարող էի նորից հիպնոսել նրանց եւ ասել, թէ երբոր նրանք կ'արթնան սոխի հոտը պիտի հեռանայ նրանց բերաններից։

ՆՈՐ-ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹԻՒՆ

Կ ւ մ

ՄԵՐ ՄՏԱԻՈՐ ԿԱՐՈՂՈՒԹԻՒՆՆԵՐԸ

ՆԻ ՆՐԱՆՑ ԳՈՐԾԱԾԵԼՈՒ ԿԵՐՊԸ.

Հոգեբանութիւնը (Psychology) մի նոր գիտութիւն չէ, նրա պատմութիւնը շատ հին է և կապ ունի ցեղի մտաւորական էվոլյուցիւայի հետ: Հոգեբանութիւնը մտքի գիտութիւնն է, մտքի գիտական ուսումնասիրութիւնները: Նրա գործելու արարէզն է՝ մտքի-գործառնութիւնները (Ֆունկցիա—functions), նրա օրէնքները, գործունէութիւնները և զօրութիւնները: Հոգեբանութեան ուսումնասիրութիւնը պարբազում է իր մէջ գանազան մտաւոր դրութիւնները, գիտակցական և ենթագիտակցական ասպարէզներում, ինչպէս զգացողութիւն, փափագներ, յուզումներ, ծանօթութիւններ, պատճառաբանութիւններ, կամեցողութիւն, կամք և նման մտաւոր դրութիւններ:

Հոգեբանութիւնը մի ժամանակ նկատուում էր որպէս մեթաֆիզիկայի մի ճիւղը, որը սակայն, դուրս բերուեց մթութիւնից և ընդունուեց որպէս գիտական ուսումնասիրութիւն, քան թէ մեթաֆիզիկայի և փիլիսոփայութեան մի ճիւղը: Միւս գիտութիւնների նման, նա հիմնուած է ստուգուած իրողութիւնները և օրէնքների վրա, քան թէ ենթադրեալ վերացական թէօրիաների վրա: Եւ սակայն, հոգեբանութիւնը մարդու առօրեայ գործերում գործնական տեղ չգրաւեց, այսպէս ասած, հոգեբանութիւնը տակաւին մնաց նոյն վերացական և ոչ-գործնական երևոյթը մարդկային ցեղի մեծամասնութեան համար: Ահա հազիւ երկու տասնեակ տարիներից ի վեր է որ դուրս եկան նոր գրողներ, որոնք անուղղակի կերպով հիմնադիրներն եղան Նոր-Հոգեբանութեան. մի գործնական հոգեբանութեան, որի սկզբունքների և օրէնքների հետ ծանօթանալուց յետոյ մեզ համար հնարաւոր կը դառնայ հոգեբանութիւնը մեր ամենօրեայ կեանքում գործածել, աճեցնել մեր մտաւոր կարողութիւնները, զօրեղացնել մեր դրական յատկութիւնները և զսպել, արգելել մեր բացասական յատկութիւնները:

Նոր-Հոգեբանութեան մէկ կարևոր գործն էլ այն եղաւ, որ նա լուսաբանեց մեր այն քիչ հասկացուած մտաւոր գործունէութիւնները և խորհրդաւորութիւնից դուրս բերեց: Այն, ինչ անուանուում էր, հին հոգեբանութեան մէջ «Անկանոն հոգեբանութիւն», Նոր-Հոգեբանութիւնը դո՛ւս «Բնական»: «Ենթագիտակցութիւնը և նրա ֆունկցիան հին հոգեբանների կողմից համարուում է «Անկանոն հոգեբանութիւն», այն ինչ նոր-հոգեբանութիւնը գտնում է նրան «Նօրմալ-Հոգեբանութիւն»:

Ուրեմն, նոր-հոգեբանութիւնը գործնական է, գործադրելի է և մենք կարող ենք գործադրել այն մեր ամենօրեայ գործերում. այդ անելու համար մենք պիտի ուսումնասիրենք մարդու բնութիւնը, գտնել նրա զօրութիւնները, երկցող և թագնուած, գործող կամ քնած և ցոյց տանք մեթօդներ, որոնց միջոցաւ բոլոր այս կարողութիւններն ու զօրութիւնները գործադրենք, որպէսզի իւրաքանչիւր անհատ աւելի մեծ, աւելի ճոխ, աւելի խոշոր և լաւագոյն դառնայ:

Մենք բոլորս էլ ուզում ենք գիտենալ, թէ Ֆիզիքական և մտաւորական տիրապետութեան մէջ մենք իրապէս ինչի տէր ենք, և մենք ուզում են գիտենալ ինչպէս մեր մէջ գտնուած էլէմենտներն ու զօրութիւնները կարողանալ գործադրել ամենայաջող ձևերով: Գործնական կեանքում մենք ուզում ենք արդիւնքները, և մենք մեզ արդարութիւն արած չենք լինի, ոչ էլ մարդկութեան, մինչև որ մենք կը սովորենք գործածել այն ոյժերը որ գտնուում են մեր մէջ, այնպէս ազդուորէն, որ ամենամեծ արդիւնքներն, որոնք հնարաւոր են մարդկային բնութեան սահմանների մէջ, ձեռք բերուին:

Նոր-հոգեբանութիւնը երկար ուսումնասիրութիւն կատարեց մարդու զօրութիւնների մասին, գիտակցական և ենթագիտակցական, եկաւ այն եզրակացութեան, թէ եթէ մենք միայն գիտենանք ինչպէս գործածել այս զօրութիւնները, մենք կարող ենք ձեռք բերել գործնականապէս որևէ բան, որ մենք ունենք մեր աչքի առաջ:

Մի այսպիսի ուսումնասիրութեան համար մենք պէտք է հասկանանք մարդու բնութիւնը, որովհետև պէտք է մենք գիտենանք, թէ մենք ինչ ենք, նախ քան մենք կարող կը լինենք գործել ինչ, որ ժառանգորէն իւրացրել ենք: Մարդկային բնութիւնը վերլուծելիս մի քանի մեթօդներ են գործադրուում, և C. Larson-ասում է «միայն երեք են, որոնք ունին իրական նշանակութիւն, մեր ներկայ նպատակի համար»: Սրանցից առաջինը յայտարարում է, որ մարդը կազմուած է «Ես» (Ego)-ի, գիտակցութեան և կերպարանքի, և թե այս վերլուծումը ամենից կատարեալն է, բայց տակաւին ամենից արատրակաւոր (վերացական): Երկրորդ վերլուծումը, որը աւելի պարզ է, և որը գործադրում է գրեթէ բացարձակօրէն մեծամասնութեան կողմից, յայտարարում են թէ, մարդը մարմին է, միտք և հոգի, բայց որքան շատ այդ իդէան սովորեցնում և խօսում են նրա մասին, շատ քիչեր կան, որոնք հասկանում են այն. իրապէս, սովորական հասկացողութիւնը, մարդը որպէս մարմին, միտք և հոգի, պէտք է ամբողջութեամբ շրջել, որպէսզի նա դառնայ բացարձակապէս ճշմարիտ: Երրորդ վերլուծումը, որը ամենապարզն է և ամենից աւելի պիտանին, յայտարարում է, թէ մարդը կազմուած է անհատականութիւնից և անձնաւորութիւնից, և այս վերլուծումը, պիտի լինի մեր ուսումնասիրութեան հիմքը: Այդուամենայնիւ, նախքան մենք կանցնենք այս առարկայի աւելի գործնական կողմը, մենք պիտի տեսնենք, որ շահաւէտ է համառօտ կերպով քննել այս գտնադան իդէաները, որոնք վերաբերում են մարդու բնութեանը: Իրապէս, մեր մարդկային վերլուծումի մասը,

որը կը վերաբերի «Ես»-ին (ego), պէտք է պարզապէս հասկացուի, եթէ մենք պիտի սովորենք ինչպէս գործածել այն գորութիւնները, որ մենք ունինք մեր մէջ բնականից: Եւ սրա պատճառն գտնուում է այն իրողութեան մէջ, որ «Ես»-ը, ego, «Ես եմ»-ն է, կառավարող սկզբունքը մարդու մէջ. կենդրոնը և ծագումը անհատականութեան, ամեն բանի սկզբնապատճառը, որ տեղ է բռնում մարդու էութեան մէջ և նախնական մի բան է և բոլոր միւս բաները մարդկային բնութեան մէջ երկրորդական են:

Երբոր մի միջին անձնաւորութիւն գործածում է «Ես»-ի տերմ-ը, նա կարծում է թէ նա գործ ունի մի բանի հետ, որը թագնուած է խորը, վերացականութեան մէջ, և թէ կարող է շատ քիչ տարբերութիւն ունենալ, թէ մենք կը հասկանանք նրան, թէ ոչ: Թէպէտ այս չի պատահել այդպէս լինել, որովհետև «Ես»-ն է, որ պէտք է գործէ, նախքան որևէ գործունէութիւն տեղի կունենայ, և «Ես»-ն է, որ պէտք է նախապատճառ դառնայ նոր-ին, նախքան որևէ քայլ առաջուց կարելի լինի առնելը, նաև կամքի ոյժը կառավարելու համար այն գորութիւնը, որին մենք տէր ենք, կախուած է ուղղակի այն բանի վրա, թէ մենք որքան լիովի գիտակից ենք «Ես»-ի մասին, որպէս մեր մէջի կառավարող գորութիւնը: Մենք հասկանում ենք, հետևաբար, որ դառնում է շատ կարևոր ամբողջութեամբ ընկերացնել բոլոր խորհուրդները, բոլոր զգայութիւնը և բոլոր հասկացողութիւնը «Ես»-ի հետ:

«Ես»-ը (Ego), Մարդու մէջ այն ոյժն է, որ կառավարում է.

Առաջին քայլը, որ պիտի անուի այս կապակցութեան մէջ «Ես եմ»-ը ճանաչելն է ամեն բանի մէջ, որ դուք անում էք և մտածեցէք միշտ «Ես եմ»-ը, Գերագոյն դուք, ինքներդ: Երբ որ դուք մտածում էք, իրազէկ եղէք որ նա «Ես եմ»-ն է, որը հնարած է խորհուրդը: Երբ որ դուք կը գործէք, իրազէկ եղէք որ դա «Ես եմ»-ն է, որ այդ գործողութեան մէջ սկզբնապատճառն է, և երբ դուք մտածում էք ձեզ վրա կամ փորձում էք զիտակից լինել ձեր մասին, իրազէկ եղէք, որ այդ «Ես եմ»-ը գրաւած է ձեր գիտակցական ամբողջ դաշտի գահը:

Մէկ ուրիշ կարևոր էական բանն էլ այն է, որ դուք լուռ կերպով ձեր սեպհական մտքում հաստատէք, որ դուք «Ես եմ»-ը էք, և հէնց հաստատեցէք այս իրայայանութիւնը, կամ հէնց որ պարզապէս բացազանչէք դրականօրէն, «Ես եմ», մտածէք «Ես եմ»-ի մասին, որպէս նա լինելով կառավարող սկզբունքը ձեր ամբողջ աշխարհի մէջ, որպէս լինելով որոշ, վեր և գերագոյն ձեր էութեան մէջ գտնուող բոլոր միւս բաների, ինչպէս լինելով դուք, դուք ինքներդ, ամենաբարձրը, ամենախոշորը, ամենահասկացող զգայնութիւնը: Սյուպէս բարձրացրէք ձեզ վեր, դուք ձեզ, այսպէս ասած, մի տիրական անհատականութեան լեռան դագաթին: Դուք ձեզ բարձրացրէք դահի վրա. դուք կը դառնաք ճշմարիտ

դէպի ձեռք եթէ դուք կը տեղաւորէք ձեզ, ուր դուք կը պատկանիք:

Այս փարժութեան միջոցով դուք ոչ միայն կը դռնէք ձեզ լինելու ձեր ամբողջ կեանքի տէրը, բայց և դուք կը բարձրացնէք ձեր դիտակցական գործունէութիւնները այն բարձր դրութեան, ձեր դիտակցութեան մէջ, որ մենք ասացինք, ինչպէս ձեր էութեան գահը, կամ ինչպէս գործունէութեան կենդրոնը, որին մէջ կարավարող «Նս եմ»-ը ապրում է և շարժում է և ունի իր էութիւնը:

Եթէ դուք ցանկանում էք կառավարել և ուղղութիւն տալ այն գորութիւններին, որոնց դուք տէր էք, դուք պէտք է գործէք ձեր էութեան գահից, կամ ուրիշ խօսքով, այդ դիտակցական կէտից: ձեր մտաւոր աշխարհում, որտեղ գտնուում է կառավարելու բոլոր ոյժը, ուղղութիւնը և սկզբնապատճառը առաջ կը գայ, և գործունէութեան այս կէտը «Նս եմ»-ի աթոռն է:

Դուք պէտք է գործէք ոչ որպէս մի մարմին, ոչ որպէս մի անձնաւորութիւն, ոչ որպէս մի միտք, այլ որպէս «Նս եմ», և որքան խորը դուք իրագէկ լինէք այդ «Նս եմ»-ի բարձրագոյն դիրքը, աւելի կը մեծանայ գորութիւնը կառավարելու և ուղղութիւն տալու բոլոր միւս բաներին, որ դուք տէր էք: Երբեք կը մտածէք կամ կը գործէք, դուք պէտք է զգաք, որ դուք կանգնած էք «Նս եմ»-ի հետ մտաւորականութեան գաղաթիւն, ձեր գոյութեան բարձունքները վրա և դուք այդ ժամին պիտի իրագէկ լինէք որ այս «Նս եմ»-ը դուք էք, — Գերագոյն դուք:

Որքան աւելի դուք գործադրէք այս իրէաները, աւելի կը բարձրացնէք դուք ձեզ մտքի և մարմնի սահմաններէից վեր իրագէկութեան մէջ, ձեր սեփական ճշմարիտ դիրքում, որպէս մի տիրապետող, իշխանական անհատականութիւնը: Իրապէս, դուք կը տեղաւորէք ձեզ, ուր և դուք կը պատկանիք, ձեր սեպհական կազմակերպուած գոյութեան գաղաթիւն:

Միջին մի անձնաւորութիւն ոչ կը մտածէ թէ մարմին է, ոչ էլ նա միտք է, հետեւաբար նա չի կարող կառավարել ոչ միտքը և ոչ էլ մարմինը: «Նս եմ»-ը իր բնութեան մէջ ընկղմած է մի խումբ իրէաների մէջ, որոնցից ոմանք ճշմարիտ են, և ոմանք ճշմարիտ չեն, և նրա խորհուրդը սովորաբար կառավարում է այդ իրէաներով առանց ստանալու որեւէ ուղղութիւն, ինչոր է այն սկզբունքները որ նրանում կայ, այդ միայնակ որոշած է տալ ուղղութիւններ: Այս տեսակ միտքը ապրում է մարդկային գոյութեան ամենացածր յարկում, բայց որովհետև մենք կարող ենք կառավարել կեանքը միայն երբոր մենք ուղղութիւն կը տանք վերին բարձրագոյն յարկից, մենք գտանք, որ ինչի համար միջին անձնաւորութիւնը ոչ կը հասկանայ իր գորութիւնները, ոչ էլ ոյժ ունի գործածելու նրանց: Նա պէտք է նախ գնայ վեր, մարդկային կազմութեան վերևի յարկը, և առաջին և ամենակարևոր քայլը, որ պէտք է առնել այս ուղղութիւնում «Նս եմ»-ի իրագէկութիւնն է, որպէս կառավարողի սկզբունքը և որ այդ «Նս եմ»-ը դուք էք:

Մէկ ուրիշ մեթօդ որ շատ կարևոր է այս կապակցութեան մէջ, այն է, որ ամեն օր մի քանի վայրկեաններ ջանալ զգալու, որ դուք, «Նս եմ»-ը, ոչ միայն վեր է մտքից և մարմնից, այլ բացարձակապէս բաժան մտքից և մարմնից, իրապէս, կղզիացրէք «Նս եմ»-ը մի քանի վայրկեաններ ամեն օր, ձեր միւս կազմակերպած էութիւնից: Այս վարժութիւնը պիտի սոյ ձեզ կատարեալ գիտակցութիւն ձեր սեփական անհատը «Նս եմ», և հէնց որ ձեռք կը բերէք այդ գիտակցութիւնը, դուք միշտ պիտի մտածէք Գերագոյն «Նս եմ»-ի մասին, երբեք դուք կը մտածէք ինքներդ ձեզ վրա: Հետևաբար, բոլոր ձեր մտաւոր գործունէութիւնը, այդ ժամանակից սկսած, պիտի գոյ ուղղակի «Նս եմ»-ից, և եթէ կը շարունակէք կանգնել այս տեսակ բոլոր գործունէութիւնների վերև, ամեն ժամանակ, դուք պիտի կարողանաք կառավարել նրանց և ուղղութիւն սալ ամբողջապէս:

Գիտակցականութեան երեք տեսակներ.

Վերլուծել գիտակցականութիւնը և ձև սալ այս կապակցութեան մէջ, անհրաժեշտ է, բացի սահմանելուց նրան համառօտակի, որպէսզի մենք կարենանք ունենալ մի յաստակ դադափար թէ ինչ դործ ունենք գիտակցական դաշտում, նոյնպէս և բացատրութեան դաշտում: «Նս եմ»-ը հիմնապէս գիտակցական է, այսինքն, «Նս եմ»-ը գիտէ, թէ մարդկային դաշտում ինչեր կան, և ինչեր կան մարդկային երկրագնդում, և ինչ է կատարում մարդկային երկրագնդի մէջ և այդ սահմանումները գիտակցութիւն են:

Կերպարանքը ամեն բան է կազմակերպուած անձնաւորութեան մէջ, որը ունի ձև և ծառայում է մի որ և է ձևերով արտայայտութիւն տալու այն գոյութիւնին, որ մեր մէջ գոյութիւն ունի: Գիտակցութեան վարժութիւններ կատարելիս, մենք կը գտնենք, որ «Նս եմ»-ը գործադրում է երեք հիմնաւոր գործունէութիւններ: Երբոր «Նս եմ»-ը նայում է կեանքի վրա, մենք կուենանք սլարդ գիտակցութիւն: Երբոր «Նս եմ»-ը նայում է իր սեփական դիրքին, կեանքում, մենք ունենում ենք ինքնագիտակցութիւն, եւ երբ մենք ունենք ինքնագիտակցութիւն, և երբոր «Նս եմ»-ը նայում է վեր իրական կեանքի ընդարձակութեան մէջ, մենք ունինք տիեզերական գիտակցութիւն:

Պարզ գիտակցութեան մէջ դուք միայն իրազէկ էք այն բաներին, որոնք առ երևոյթն գոյութիւն ունին ձեր մէջ, բայց երբ դուք կսկսէք գիտակից դառնալ դուք ձեզ, որպէս մի որոշ էութիւն, դուք կը սկսէք զարգացնել ինքնագիտակցութիւն: և երբ դուք կսկսէք զարձնել ձեր ուշագրութիւնը դէպի ձեր մէջ գոյութիւն ունեցող մեծութիւնը և սկսէք նայել բոլոր բաների իրական ծագումի մէջ, դուք կը դառնաք գիտակից մի աշխարհի որը աներևոյթն գոյութիւն ունի բոլոր աշխարհների մէջ: Եւ երբ դուք կը մտնէք այս փորձառութեան մէջ, դուք մօտեցած էք տիեզերական գիտակցութեան:

Երբոր մենք վերլուծում ենք մարդու ամբողջ բնութիւնը մենք գտնում ենք, որ հոգին մարդը

լինքն է և թէ «Ես»-ը հոգու կենդանական սկզբնապատճառն է, կամ գործածելով մէկ ուրիշ բացադրութիւն՝ հոգին, ներփակելով «Ես եմ»-ը սահմանում է անհատականութիւնը, և այդ տեսանելի բանը որի միջոցով անհատականութիւնը գտնում է արտայայտութիւն սահմանում է անձնաւորութիւնը: Եթէ վաճառում էք հասկանալ ձեր զօրութիւնները և ձեռք բերել այդ իշխանական դիրքը, որը անհրաժեշտ է, կառավարելու համար ձեր զօրութիւնները, վարժեցրէք ձեզ մտածել, որ դուք մի հոգի էք, բայց մի մտածէք հոգիի մասին որպէս մի անորոշ կամ խորհրդաւորութիւն: Մտածեցէք հոգիի վրա, որպէս լինելով անհատը և բոլոր այդ արտայայտութիւնը հնարաւոր կերպով հասկացնել: Վարժեցրէք ձեզ մտածել, որ դուք տէր, իշխան էք մաքի և մարմնի և տէր էք զօրութեան գործածելու ամեն բան որ կան մաքի և մարմնի մէջ:

Անհատականութեան կարեւորութիւնը.

Երբեւէ որ դուք կը մտածէք, երբեւէ դուք կզգաք: Երբեւէ դուք կը խօսիք, երբեւէ դուք կը գործէք, կամ երբեւէ մի բան տեղի է ունենում ձեր կեանքում, այս մէկ իդէան պէտք է լինի գերագոյն իդէան, թէ դուք բոլորից վեր էք, գերազանց բոլորի վրա և կառավարում էք ամենքը: Դուք պարզապէս պէտք է տունէք այս բարձրագոյն գեօինը բոլոր խորհրդի մէջ և գիտակցութիւն նախ քան դուք կարող էք կառավարել ձեզ, և ուղղութիւն տուէք զործնական նպատակների համար, այն զօրութիւնները, սրունց դուք տէր էք: Հետեւաբար, ինչ որ ասացինք «Ես եմ»-ի կապակցութեան մասին, թէ հոգին և անհատականութիւնը ինչպէս լինելով մէկ, և այնպէս կանգնելով մարդկային գոյութեան դագաթին, և այնքան կարեւոր է, որքան սրէէ բան, որ պիտի ասուի սրանից յետոյ մարդու զօրութիւնների գործադրութեան գործնական կեանքի ասթիւ, և թէպէտև այս առարկայի փուլը կարող է թւալ վերացական, դժուարութիւն չի պիտի գտնենք նրան հասկանալու աւելի և աւելի լիուլի, երբ մենք կը գործադրենք ընդգրկուած իդէաները: Իրողութիւն է, որ երբ մենք սովորում ենք իրազէկ լինել, որ մենք բնութիւնից զրաւած ենք մի զօրութիւն, սրը մաքից և մարմնից վերև, բարձր են, նիւթի այս մասը աւելի հետաքրքրող է, քան որևիցէ ուրիշ բան և նրա գործածութիւնը աւելի շահաւէտ է:

Մենք կարող ենք սահմանել անհատականութիւնը աւելի լիօրէն ասելով, որ նա անտեսանելի մարդն է, և որ ամեն բան, որ մարդուն է, որը անտեսանելի է, կը պատկանի նրա անհատականութեան: Անհատականութիւնն է, որ ապրում է, խելամուտ է, որ կառավարում է, որ ուղղութիւն է տալիս: Հետեւաբար, կառավարել և գործածել մի զօրութիւն դուք պիտի հասկանաք և մշակէք և զարգացնէք անհատականութիւն: Ձեր անհատականութիւնը պէտք է լինի, բաժան, մտադրուած և դրական: Դուք հանապազօրէն պէտք է գիտենաք դուք ինչ էք և դուք ինչ էք ուղում և պէտք է հանապազօրէն

մտազրուած լինէք ձեռք բերելու, ինչ որ դուք ուզում էք: Անհատականութիւնն է որ ձեզ արել է տարբեր բոլոր ուրիշ կազմակերպուած էութիւններէից, որ գոյութիւն ունին, և բարձրագոյնն զարգացած անհատականութիւնն է, որ տալիս է ձեզ զօրութիւն կանգնելու բաժան մասսայից, մասսայից վեր. և անհատականութեան աստիճանն է, որ դուք տէր էք, այդ որոշում է մեծապէս ինչ դիրք դուք ունէք զբաւած աշխարհում: Վերցնենք երկու անձնաւորութիւններ հաւասար կարողութիւնով և ազդեցութիւնով, բայց այս տարբերութեամբ.— մէկը մէջ, անհատականութիւնը բարձր կերպով զարգացած է, մինչդեռ միւսը մէջ զարգացած չէ: Դուք գիտէք իսկոյն այս երկուսից որը պիտի հասնի աշխարհի յաջողութեան բարձր տեղերը, և դորա պատճառը այն է, որ այն մէկը որ տէր է անհատականութեան ապրում է մտքի և մարմնի վերև, որտեղից նա կարող է կառավարել և ուղղութիւն տալ մտքի և մարմնի զօրութիւններին և ոյժերին: Այն մարդը, որի անհատականութիւնը թոյլ է և ապրում է աւելի կամ պակաս ներքև, մտքի և մարմնի մէջ, և փոխանակ կառավարելու միտքը և մարմինը, նա հանապազօրէն ազդուած լինելով ամեն բանից դրաի կողմից որ մտնում են մտքի և մարմնի մէջ:

Մի բացասական կամ տկար անհատականութիւն գնում է միջավայրի գետի հոսանքով և սովորաբար ստանում է միայն ինչ որ ուրիշներ կընտրեն իրեն տալ: Բայց մի հաստատուն, զօրաւոր, դրական զարգացած անհատականութիւն կը կառավարէ իր կեանքի և բաղդի նաւը, և շուտ կամ ուշ պիտի դրականօրէն շահի ստացուածք:

Դրական անհատականութիւնը զօրութիւն ունի գործեր բռնելու և վերածելու նրանց լաւ շահի: Մա է մի պատճառը, թէ ինչու այս տեսակ մի անհատականութիւն միշտ կը յաջողի: Մէկ ուրիշ պատճառը այն է, որքան աւելի լիովի ձեր անհատականութիւնը կը զարգանայ, դուք աւելի հիացմունքի պիտի արժանանաք բոլոր նրանցից, որոնց կը պատահէք: Մարդկային ցեղը սիրում է զօրութիւն և հաշուում է այն մի առանձնաշնորհում և տալիս է բարձր դիրք նրանց, որոնք ունին զօրութիւն, և իւրաքանչիւր տղամարդ կամ կին, նրա անհատականութիւնը բարձր զարգացած է, տէր է զօրութեան— սովորաբար, բացառիկ զօրութեան:

Անհատականութիւնը զարգացնելու համար առաջին էական բանն է տալ «Նա եմ»-ին իր ճշմարիտ և բարձր դիրքը ձեր սեպհական մտքում: «Նա եմ»-ը անհատականութեան շատ կարևոր կենտրոնն է և որքան աւելի լիովին գիտակից կը դառնաք «Նա եմ»-ին, նոյնքան աւելի զօրութիւնը, որ կայ «Նա եմ»-ի մէջ, դուք կարթնցնէք, և այս զօրութիւնը արթնցնելն է, որ դառնում է անհատականութիւնը զբաւած և զօրաւոր: Մէկ ուրիշ էականութիւնն էլ այն է, որ վարժութիւն կատարէք զգալու կամ երևակայելու իդէան դուք ինքներդ, որպէս թէ նա գրաւած է տիրող զրութիւն: Երբեք դուք մտածէք ձեր մասին, մտածեցէք ձեր մասին որպէս էութիւն, և ապրում էք և գործում տիրական դիրքով: Աւելացրէք զբան,

արէք իւրաքանչիւր փափաքը դրական, արէք իւրաքանչիւր զգայութիւն դրական, արէք ամեն խորհուրդ դրական, և արէք բոլոր մտաւոր գործունէութիւն դրական: Ձեր ուզածները որոշ և դրական, այսինքն, իրապէս և ամբողջապէս պիտոցէք ինչ էք ուզում, և անյա սկսէք ուզել այդ ձեր մէջ եղած բոլոր ոյժով, նաև պիտի հոգ տանէք ոյժ և դրականութիւն տալու ձեր անհատականութեան, և պատճառը այս է, որ այսպէս մտքի գործունէութիւնը պիտի հոգ տանէ տեղաւորելու դրական գործունէութեան իւրաքանչիւր գորութիւնը, որ ձեր սխառեմի մէջն է:

Մի շատ արժէքաւոր մեթօդ էլ այս է. պատկերացրէք ձեր մտքում ձեր սեպհական ամենալաւ իդէան, թէ ինչպէս մի գորաւոր, լաւ մշակուած անհատականութիւնը պիտի լինէր անհրաժեշտօրէն: Այս կապակցութիւնում, լաւ է յիշել, որ մենք աստիճանաբար պիտի աճենք նմանութեամբ նրան, որի մասին մտածում ենք ամենից շատ: Հետևաբար, եթէ դուք ունէք մի շատ յստակ իդէա մի բարձր կերպով մշակուած անհատականութիւն, մի գորաւոր դրական փափաք մշակելու այդ տեսակ մի անհատականութիւն, դուք պիտի աստիճանաբար և վստահօրէն շարժուէք դէպի այդ բարձրագոյն իդէալը:

Մէկ ուրիշ արժէքաւոր մեթօդ է տալ գիտակցական ճանաչումն աւելի մեծ մարդու ներսի կողմը: Մարդկանցից ոմանք մտածում են այս աւելի մեծ մարդու մասին, որ նրանց մէջ է, բայց մենք չենք կարող զանց առնել այս մարդուն մէկ րոպէ, թէև այս աւելի մեծ մարդը մի բան չէ, որ բաժան և գատ է մեզանից, նա պարզապէս գումարն է ամենամեծ գորութիւնների և հնարաւորութիւնների, որ մեր մէջ են: Մենք պէտք է ճանաչենք սրանք, մտածէք նրանց մասին բաւական շատ, և փափաքեցէք սրտի և մտքի և հոգու բոլոր գորութիւնովը արթնցնելու և արտայայտելու աւելի և աւելի այս ներքին գորութիւնները, այսպէս մենք պէտք է գտնենք, որ աւելի մեծ մարդը ներսում պիտի դառնայ շատ ողջ և մենք պէտք է իրազէկ լինենք, որ մենք այդ մեծ և զարմանալի մարդն ենք:

Հետևաբար բոլոր յայտնի մեթօդները, որ կը զարգացնեն անհատականութիւնը պէտք է ամբողջութեամբ գործադրել, հաւատարմօրէն և հանապազօրէն, որովհետև ոչինչ կայ մեզ անելու, որ պիտի բերէր մեզ աւելի մեծ շահ:

Անձնաւորութեան զօրութիւնը. —

Անձնաւորութիւնը տեսանելի մարդն է: Իրապէս, ամեն բան, որ տեսանելի է մարդկային էութեան մէջ պատկանում է անձնաւորութեան: Բայց նա աւելի է քան թէ մարմինը: Ասել որ մի անձնաւորութիւն ունի մի լաւ անձնաւորութիւն, այդ չի նշանակում, թէ այդ անձնաւորութիւնը դեղեցիկ էր, այդ մտքով ասած: Գուցէ Ֆիզիքական գեղեցկութիւն չը կար և տակաւին անձնաւորութիւնը կարող էր շատ բարձր կերպով մշակուած լինել: Գուցէ ոչինչ չը կար աչքի զարնող

այս տեսակ անձնաւորութեան վրա, և տակաւին կարող էր լինել, այդուամենայնիւ, ամեն դէպքում մի բան կայ նրա վրան, որ դուք սիրում էք, մի բան, որ քաշում է: Միւս կողմից, երբոր անձնաւորութիւնը լաւ չի մշակուած, ոչինչ չկայ տեսանելի մարդու մէջ, որ դուք կարողանաք տեսնել տարբեր մի բան, քան սովորական մարդկային կաւ: Ամեն ինչ, որ գոյութիւն ունի այսպիսի մի անձնաւորութեան մէջ անկատար են, մինչև անգամ կոշտ, բայց այդ չի արդարացնէր որևէ մի անձնաւորութեան լինել անկատար, անտաշ և անմշակ: Չը կայ մի եզակի անձնաւորութիւն, որ չի կարողանայ լինել այնքան յղկուած և կատարելագործուած որպէս զի դառնայ աչքի զարնելու չափ ուշադրաւ ամենքին, և կան շատ պատճառներ, թէ ինչու այսպիսի մշակումն պէտք է փնտռել:

Ամենաշատ կարևոր իրողութիւնը, որ կապակցութիւն ունի այս ուսումնասիրութեան հետ այն է, որ մարդու բոլոր գորութիւնները գործում են անձնաւորութեան միջոցով և որքան նուրբ է անձնաւորութիւնը աւելի հեշտութեամբ կարող ենք ուղղել և արտայայտել գորութիւնները, որոնց մենք ատէր ենք: Երբոր անձնաւորութիւնը անկատար է, մենք կը գտնենք, որ դժուար է գործադրել գործնական կեանքում այն նուրբ էլէմենտները, որոնք մեր մէջ են: Եւ այստեղ գտնում ենք մէկ պատճառ, ինչհետև տաղանդը և կարողութիւնը այնպէս յաճախ վրիպում է փոխանակ ամենալաւը լինելու: Անձնաւորութիւնը անփոյթ է գտնել և նա յարմար գործիք չէ, որի միջոցով նուրբ բաները և մեծամեծ բաները կարողանան գտնել արտայայտութիւն:

Երբոր մենք կը սկսենք գործածել մեր մէջ եղած գորութիւնները, մենք կը գտնենք երեք գործունէութեան դաշտեր: Առաջինը գիտակցական դաշտն է, այն դաշտը, որի մէջ միտքը գործում է, երբոր մենք արթուն ենք: Սա գլխաւոր գունդն է գործունէութեան, մարդու մէջ գտնուած բոլոր գորութիւնների համար, հետևաբար պիտի գրաւէ դիրք այս ուսումնասիրութեան մէջ:

Երկրորդ դաշտը ենթագիտակցութիւնն է, այն դաշտը, որի մէջ միտքը գործում է, երբոր նա զնում է գիտակցութեան ներքեր: Դա նաև այն դաշտն է, որի մէջ մենք գործում ենք, երբոր քնած ենք: Մենք հետևաբար գտանք, որ այն տերմը «քուն ընկնել», գրականապէս ճշմարիտ է, որովհետև երբ մենք զնում ենք քնելու, գիտակցութիւնը զնում է ներքեր մի ուրիշ աշխարհի մէջ, մի աշխարհ, այնքան ընդարձակ, որ միայն նրա մասերն են, որ հետազօտուած են:

Երրորդ դաշտն է գեր-գիտակցականութիւնը, այն դաշտը, որի մէջ միտքը գործում է երբ նա դաշտում է բարձրագոյն թագաւորութիւններին, և երբոր նա գործում է այս դաշտում, մենք ստանում ենք իրական գորութիւն և իրական ներշնչում իրապէս, երբոր մենք կը դաշտենք գեր-գիտակցութեան, այն ատեն թուում է թէ դառնում ենք աւելի քան մի սոսկ մարդ: Իմանալ ինչպէս գործել գեր-գիտակցականութեան դաշտում շատ կարևոր է, մինչև իսկ թէև իդէան առաջին տեսքին կարող է թուալ անհաստատ և միատիկական: Մենք հանապազօրէն դաշտում ենք գեր-գիտակցութեան հետ, թէ

մենք գիտենք այդ կամ ոչ: Մենք յաճախակի մտնում ենք գեր-գիտակցութեան մէջ, երբ մենք լսում ենք ներշնչող միւզիկը, երբոր մենք կը կարդանք մի գիրք, որը դպչում է ամենանուրբ իմացականութեան, երբոր մենք լսում են մէկին, որը խօսում է հեղինակութեան ներքին գահից, երբոր մենք կը տեսնենք մի հոգին-տակն ու վրա անող տեսարան բնութեան մէջ: Մենք դպչում ենք նաև գեր-գիտակցականութեան, երբ մենք տարուած ենք մի սոսկալի ամբիցիայով, և այստեղ մենք գտնում ենք գործնական արժէք մեծ չափով: Երբոր մարդը մի սոսկալի ամբիցիայով տարուած է, այդ ամբիցիայի ոյժով նրանք գրեթէ անփոփոխելի կերպով կը հասնեն մտքի մի բարձրագոյն և նուրբ դրութեան, մի դրութիւն, ուր ոչ միայն նրանք կը զգան աւելի շատ զօրութիւն և վճռականութիւն, քանթէ երբէք զգացել են առաջ, բայց մի դրութիւն, որի մէջ միտքը դառնում է այնպէս չափազանցօրէն գործունեայ, որ նա ձեռք կը բերէ անհրաժեշտ պայծառութիւն. մօտաւորապէս ամեն վայրկեան, նա գործադրում է այս պլանները կամ իրէաները, որոնք անհրաժեշտ են որպէսզի ամբիցիան կարելի լինի իրականացնել:

Մեծ իդէաների ծագումը.

Կարելի է իսկոյն ապացուցանել, որ մենք ստանում ենք մեր ամենալաւ իդէաները այս բարձր թագաւորութիւնից, և յայտնի իրողութիւն է, որ ոչ ոք երբէք լրացրել է մեծ և սքանչելի գործեր աշխարհում, առանց դպչելու յաճախօրէն այս գերագոյն, ներշնչեալ դրութեանը: Երբ մենք կը վարժեցնենք միտքը, դպչելու գեր-գիտակցականին յաճախակի ժամանակամիջոցներում, մենք միշտ կը գտնենք մեր ուզած իդէաները. և մենք միշտ կը յաջողինք հոգ տանելով պահանջուած կերպերին և միջոցներին. խնդիր չէ, թէ ինչ գծուարութիւններ կարող է լինել, մենք անփոփոխելի կերպով կը գտնենք մի բան, որով մենք կը նուաճենք և կը յաղթենք ամբողջութեամբ:

Երբևիցէ դուք կը գտնէք ձեզ մի դժուար դրութեան մէջ, իսկոյն սկսէք գործել տալ ձեր միտքը վեր, դէպի բարձր և բարձրագոյն դիրքերը, մինչև որ դուք կը դպչէք գեր-գիտակցականութեանը, և երբոր դուք կը դպչէք բարձր դրութեան, դուք պիտի անմիջապէս ստանաք իդէաներ կամ պլաններ, կամ մեթօդներ՝ որ դուք կը կարօտիք: Բայց այս չէ միայն գեր-գիտակցութեան հետ կապուած արժէքը:

Մարդու մէջ գոյութիւն ունեցող ամենաբարձր զօրութիւնները ամենաուժեղ են, բայց մենք չենք կարող գործածել այս բարձրագոյն զօրութիւնները, առանց գործելու գեր-գիտակցականութեան դաշտում: Հետևաբար, եթէ մենք ուզում ենք հասկանալ գեր-գիտակցութիւնը, նոյնպէս գիտակցութիւնը և ենթագիտակցութիւնը, մենք պէտք է թոյլ տանք մեզ ապրել մէն մենակ, այս բարձր վիճակում: Թէև նա մարդու բարձրագոյն զօրութիւնների ծագումն է, այդ ոյժերը, որ անհրաժեշտ են մեծ և հրաշալի

դործեր կատարելու համար, այդուևամենայնիւ այս գորութիւնները չի կարելի գործադրել մինչև որ նրանք յած կը բերուին երկրի վրա, այսպէս ասած, և միացած գործնական գործունէութեան հետ: Նա, որը ապրել է ուրոյն գերգիտակցականութեան մէջ, պիտի երազէ զարմանալի երազներ, բայց նա չի միացնէր գերգիտակցութեան գորութիւնները գործնական գործունէութեան հետ; նա չըպիտի ուրիշ բան անէ, այլ պիտի երազէ երազ, և այս երազները ճշմարիտ չեն դուրս գալու:

Երբոր մենք կը միացնենք մտաւոր գործունէութիւնները գիտակցականութեան, ենթագիտակցականութեան և գեր-գիտակցականութեան հետ, մենք կատանանք մեր փափաքած արդիւնքները: Ուրիշ խօսքով, լիուլի գործածելով մարդու մէջ եղած բոլոր գորութիւնները, բոլոր արտայայտելու ճանապարհի միջոցով, դա կառաջնորդէ ամենաբարձր դիրքին և ամենամեծ կատարելութեան:

Հոգեբանական դաճար.

Երբոր մենք կը փափաքենք գործածել որևէ գորութիւն գործնական գործածութիւնով, գործի սկսելիս անհրաժեշտ է արտայայտել այդ գորութիւնը, որը կարելի է անուանել, հոգեբանական դաշտի միջոցով, և դրա պատճառն այն է, որ հոգեբանական դաշտը մարդու մէջ իրական գործունէութեան դաշտն է: Այդ այն դաշտն է, որի միջոցով ներքոյ—հոսանքները, հոսում են և մենք բոլորս հասկանում ենք, որ այս ներքոյ հոսանքները, որ կորուչեն ոչ միայն գործունէութեան ուղղութիւնը, այլ արդիւնքը, որ հետևանք է գործունէութեան: Այս իդէան լաւ բացատրուած է հետևեալ տողերի մէջ:

«Ծղօտները ջրի հերեսի վրա կը հոսին,

Նա, ով մարգարիտներ կը փնտռէ. պէտք է սուզի ներքոյ»:

«Ներքոյ» տերմը համանշան է հոգեբանական դաշտի հետ, կամ աներևոյթ հոսանքների դաշտը: Հասարակ մտքերը երեսից կը սահին: Մեծ մտքերը անփոփոխելի կերպով ողջ են այս խորին խորութիւնները: Նրանք գործում են հոգեբանական դաշտում: Նրանց մտքերը կը սուզեն ներքոյ, հարուստ տարածութեան մէջ, որին մենք կանուանենք, մտքի սակի հանքերը և հոգու ադամանդի դաշտերը:

Երբոր մենք կը մտնենք որևէ գորութեան պիլիսոօգիական դաշտը, որը պարզապէս նշանակում է ամենաներքին և ամենանուրը գործունէութեան դաշտը այդ գորութեան, որ մենք գործում ենք ներքոյ հոսանքների միջոցով և սկսում ենք կառավարել այս հոսանքները:

Այս ներքոյ հոսանքների պատճառներն են թէ մարմնի թէ մտքի մէջ: Այս հոսանքներն են, որ

հեռացնում են ինչ որ մենք չենք ուզում, այսինքն, երբոր մենք նրանց ուղղութիւն կը տանք պառաշածօրէն, և առաջ կը բերենք այս փոփոխութիւնները, որ մենք ուզում ենք: Նրանք անփոփոխ կերպով առաջ կը բերեն թէ Փիզիքական և թէ մտաւոր, համաձայն իրենց գործունէութեան, և այն բաները, որ անձնաւորութեան երեսին է պիտի պատասխանէ միայն այս հոսանքներին, այսինքն, դուք չէք կարող առաջ բերել որևէ ազդեցութիւն մարմնի որևէ մասի մէջ, մինչև որ դուք նախ ուղղէք ձեր սխտեմի աներևոյթ հոսանքները առաջ բերելու այս ազդեցութիւնները: Գործել աներևոյթ հոսանքների միջոցով, հետևաբար, բացարձակապէս անհրաժեշտ է. ինչդիր չէ թէ ինչ մենք կը ցանկանանք անել կամ զօրութիւններ է որ մենք կը ցանկանանք կառավարել, ուղղակի կամ դիմելով. և մենք կը կառավարենք այս աներևոյթ հոսանքները միայն այն ժամանակ երբ կը մտնենք

պսիխօլօգիական դաշտը:

Միևնոյն ձևով մենք կարող ենք դառցնել ամեն բաներ դէպի լաւը, գործնականի մէջ, ամենօրեայ կեանքում, միայն այն դէպքում երբոր մենք կը հասկանանք այս բաների հոգեբանութիւնը: Այսպէս մենք այսօր ունենք առևտուրի հոգեբանութիւն, գործնական գործունէութեան հոգեբանութիւն, փափաքի հոգեբանութիւն, խորհուրդի հոգեբանութիւն, փոխելու հոգեբանութիւն կամքի հոգեբանութիւն, յաջողութեան հոգեբանութիւն, շրջապատի հոգեբանութիւն, կարճ խօսքով, ամեն բանի սրտնց հետ մենք գործ ունենք:

Եւ սկզբունքը, որի հիմքն է ամբողջ հոգեբանական ուսումնասիրութեան դաշտը, պարզապէս այս է, որ երբոր դուք կը հասկանաք որևէ բանի հոգեբանութիւնը, դուք կը հասկանաք այն զօրութիւնը որ այդ բանի ետևն է, դա կառավարում է նրան և դա ուղղութիւն է տալիս նրան: Երբոր մենք կը հասկանանք որևէ բանի հոգեբանութիւնը մեր սեպհական գործունէութեան դաշտում, մենք պիտի դիտենանք ինչպէս վարուել նրա հետ, այնպէս՝ որ ձեռք բերուի որևէ արդիւնք, այդ մասնաւոր բանը զօրութիւն ունի արտադրելու:

Բայց այս օրէնքը մասնաւորապէս կարևոր է մեր գործերը վարելիս այն զօրութիւններով, որոնք մեր մէջ կան, թէ այդ զօրութիւնները գործում են մտքի միջոցով, որևէ մի Ֆակուլտիների (մտաւոր կարողութիւն) անձնաւորութեան միջոցով, կամ դիտակցութեան, ենթագիտակցութեան կամ գերգիտակցութեան դաշտերի միջոցով: Կարճ խօսքով, ինչ որ մենք կը փորձենք անել կառավարելու և ուղղութիւն տալու այն զօրութիւններին, որ մենք տէր ենք, պէտք է մտնենք այս զօրութիւնների խոր կեանքի մէջ, այնպէս որ կարողանանք կառավարել ներքոյ հոսանքները: Այս է կերպը որ այն ներքոյ հոսանքները հոսում են և որոշում արդիւնքները, և ինչպէս մենք կարող ենք ուղղել այս հոսանքները որևէ թևով, որ մենք կը փափաքինք, մենք կարող ենք ձեռք բերել ինչ արդիւնքներ որ մենք կը փափաքինք:

Այն մարդը, որը շահում է, այդ այն մարդն է, որը գիտե ինչպես գործածել իր միտքը, որ կարող է գործածել իր մտաւոր կարողութիւնները իւրաքանչիւր մասը գործնական կեանքում: Գործածեցէք ձեր բոլոր միտքը և գործածեցէք շիտակ և դուք պիտի շահիք: Այս է օրէնքը և այս օրէնքին բացառութիւններ չը կան:

Երբոր մտքի ոյժը կը գործածուի ուղիղ կերպով, մեր մի ցանկանութեան լրացման համար, միւս գորութիւնները, որ մենք ունենք, արդէն պատրաստօրէն գործադրել ենք նոյն նպատակի համար և այս իրողութիւնը կը դառնայ պարզ, երբոր մենք իրազէկ կը դառնանք, որ մտքի ոյժը ոչ միայն աշխարհում կառավարելու ոյժն է, բայց նաև կառավարելու ոյժը մարդու իրեն մէջ: Մարդու մէջ գոյութիւն ունեցող բոլոր գորութիւնները և մտաւոր կարողութիւնները կառավարուում են իր մտքի ոյժով: Նրա մտքի գործունէութիւնը, որ որոշում է բոլոր միւս գորութիւնները, իր տիրացումի մէջ, Հեռակաբար, նա պէտք է տայ իր առաջին խորհուրդը, գիտական և կառուցանող գործադրութեան համար մտաւոր գործունէութիւնն:

Արդէն նախընթաց դասում դուք տեսաք, որ «Յս եմ»-ը կառավարող սկզբունքն է մարդու մէջ, և այդ յայտարարութիւնից եզրակացութիւն կարելի է դուրս բերել, որ «Յս եմ»-ը կառավարելու զօրութիւն է. բայց սա խիստ ուղիղ չէ: Տարբերութիւն կայ սկզբունքի և ոյժի մէջ, թէև գործնական նպատակները համար անհրաժեշտ չէ սահմանել այս տարբերութիւնը: Ինչ որ անհրաժեշտ է ներկայ նիւթի ուսումնասիրութեան մէջ, իրազէկ լինել, որ «Յս եմ»-ը, որ ուղղութիւն է տալիս մտքին և որ նա մտքի ոյժն է որ ուղղութիւն է տալիս և կառավարում է մարդկային սխտէմի բոլոր միւս բաները: Միտքն է որ գրաւած է գահը, բայց «Յս եմ»-ը, այսինքն, իրական դուք, դուք ինքներդ, գահի ետևի ոյժն է: Արդիւնքները, թէպէտև, կախուած են այն ոյժի վրա, որ գործադրուում է նրանից, որ գրաւած է գահը: Այդ ոյժն է, հեռակաբար—մտքի ոյժը—որը պէտք է ստանայ մեր գլխաւոր ուշադրութիւնը գործնական կեանքում:

Իւրաքանչիւր անհատ, որը ուզում է կառավարել իր սեփական աշխարհը, ուզում է կառավարել իր սեփական կեանքը, և որը ուզում է շինել իր կեանքը, ինչ իր իդէալն է յայտնում, նա պէտք է լինի, պէտք է նախ ուսումնասիրէ մտքի ոյժի գիտական գործածութիւնը. բայց սրանից ոչ ոք պիտի հետևցնէ, որ կեանքի էլէմենտները, կամ որևէ բան որ կեանքին կը վերաբերի, պէտք է վարժութիւններ կատարել միայն մտաւոր հարթ, հաւասարութեան միջոցով: Բայց նա իդէան է, որ միտքը կառավարող ոյժն է, հեռակաբար պէտք է գործադրել համաձայն մեր նպատակների այն տեսութեամբ, որ նպատակը իրագործուի:

Այս լինելով ճշմարիտ, ինդիքը նրանումն է, թէ ինչպէս մտքի ոյժը պէտք է գործածուի, և այդ հարցին պատասխանելու համար, մենք պէտք է նախ ձեռք բերենք մի հաստատ իդէա այն բանի մասին

Թէ ինչն է սահմանում մտքի ոյժը: Ընդհանուր կերպով խօսելով, մտքի ոյժը մտաւոր աշխարհում գոյութիւն ունեցող բոլոր գորութիւնների համագումարն է, ներփակելով այն գորութիւնները, որոնք գործադրում են մտածելու ընթացքում: Մտքի ոյժը ներփակում է կամքի ոյժը, փափաքի ոյժը, զգալու ոյժը և խորհուրդի ոյժը: Նա պարունակում է իր մէջ գիտակցական գործունէութիւնը բոլոր իր փուլերով (զանազան երևոյթներ), և ենթադիտակցականութեան գործունէութիւնը իր բոլոր փուլերովը, իրապէս, նա պարունակում է որև բան և ամեն բան, որ դրուած է գործունէութեան մէջ մտքի միջոցով, մտքից և մտքում:

Ինչպէս գործածել միտքը:

Մտքի ոյժը գործածելու համար առաջին էականութիւնն է ուղղութիւն տալ իւրաքանչիւր մտաւոր գործունէութեան դէպի կէտ նպատակին, որ ունէք աչքի առաջ: Եւ այս ուղղութիւնը չպէտք է պատահական լինի, այլ հաստատուն, յարատև: Բայց քանի մտքեր կան, որոնք գործադրում են այս օրէնքը: Շատ մտքեր մտածում են մի որոշ բանի մասին մէկ վայրկեան և մէկ ուրիշ բանի մասին երկրորդ վայրկեանին: Մի որոշ ժամին միջին մարդու մտքի գործունէութիւնները գործում է մի որոշ սահմանում: Երբեմն աչքի առաջ եղած կէտ նպատակն մէկ բանն է և երբեմն մէկ ուրիշը, այնպէս որ մտքի գործունէութիւնները չեն շարժւում հաստատապէս դէպի մի որոշ սահմանեալ նպատակակէտ, այլ մեծապէս ցիրուցան է լինում, երբեմն այստեղ և երբեմն այնտեղ: Մենք պէտք է գտնենք, հետևաբար, որ իւրաքանչիւր անհատ, որը իրապէս գործել է տալիս իրեն հաստատուն կերպով և վստահօրէն դէպի նպատակակէտը, որ նա ունի իր աչքի առաջ, նաև սևեռելով իր խորհուրդի բոլոր գորութիւնը այդ նպատակակէտի վրա: Նրա մտքում, ոչ մի եզակի մտաւոր գործունէութիւն դուրս չի նետւում և ոչ մի եզակի գորութիւն է վատնւում: Բոլոր գորութիւնը, որ նրա մէջ է, ուղղուած է գործելու, ինչի համար, որ նա ցանկանում է ձեռք բերել լիովին, և ամեն գորութիւն որ պատասխանում է այս կերպով պատճառն այն է, նա չի մտածում այս բաների մասին այժմ, և մի ուրիշ բան մի հետագայ վայրկեանում. նա մտածում է բոլոր ժամանակ այն բանի մասին, որ նա ցանկանում է հասնել կամ լրացնել: Իր մտքի ամբողջ ոյժը դառնրած է առարկայի վրա, և որովհետև միտքը կառավարող ոյժն է, իր բոլոր միւս գորութիւնների ամբողջ ոյժը պիտի նաև հոգ տանին դէպի նոյն առարկայն:

Մտքի ոյժը գործածելիս, նոյնպէս և բոլոր միւս գորութիւնները, որ մենք ունենք, առաջին հարցին պատասխանելու համար, թէ իրապէս ի՞նչ էք ուզում դուք կատարելագործել: Եւ երբ այս հարցին պատասխանեց, միակ բանը որ ուզում է պէտք է սևեռած լինի մտքում, այնպէս յստակ կերպով

որ կարելի լինի տեսնել մտքի աչքով ամեն բոլոր: Բայց մեծամասնութիւնը չգիտէ, թէ իրապէս ինչ է իր ուզածը: Գուցէ նրանք ունին մի անորոշ, տարտամ փափաք, բայց նրանք չեն սեւեռել յստակ կերպով որոշակի, և դրականապէս ինչ որ նրանք ուզում են իրենց բոլոր սրտով, մտքով և հոգով: Եւ վրիպման պատճառներից սա ամենազլխաւորն է: Որքան երկար ժամանակ, որ դուք չի գիտէք որոշապէս ինչ էք ուզում, ձեր գորութիւնները պիտի տատանւեն, և որքան երկար ժամանակ ձեր գորութիւնները կը տատանւեն, դուք պիտի կատարէք շատ քիչ գործ կամ պիտի վրիպէք բոլորովին: Երբոր մենք գիտենք ինչ ենք ուզում, և սկսենք գործի բոլոր ոյժերով և կարողութիւնով, որ կան մեր մէջ, պիտի գնանք ստանալու այն: Այս մի յայտնութիւն է, որը կարելի է ընդունել որպէս մի բացարձակ ճշմարտութիւն:

Երբոր մենք կողդենք մտածելու ոյժը, կամքի ոյժը, մտաւոր գործունէութեան ոյժը, փափաքի ոյժը, ամբիցիայի ոյժը, իրապէս, բոլոր ոյժերը, որ մենք ունենք, այն մէկ բանի վրա, որ մենք ուզում ենք, մէկ նպատակակէտի վրա, որ մենք փափաքում ենք հասնելու, դժուար չէ հասկանալը ինչու յաջողութիւնը ամենամեծ և ամենամեծ չափերով պէտք է որ իրականանայ. և աւելի լուսաբանելու համար այս առարկայն, մենք պիտի ենթադրենք, որ դուք ունէք որոշ ամբիցիա: Առաջին անգամ դուք կարող էք զգալ ձեր խորհուրդները և ձեր փափաքները, որոնք շարժում են այդ ամբիցիան. և որ որքան աւելի դուք կը մտածէք այդ ամբիցիայի մասին աւելի խորապէս դուք կը զգաք, որ ձեր մէջ եղած գորութիւնները, սկսում են ուղղել իրենց գորութիւնները նոյն գծի երկարութեամբ, որպէս ձեր խորհուրդը: Եթէ շարունակէք կենտրոնացնել ձեր խորհուրդ և ձեր մտքի ոյժը այդ ամբիցիայի վրա, դուք պիտի աստիճանաբար և վստահօրէն վարժեցնէք բոլոր ձեր մէջ գոյութիւն ունեցող գորութիւնները գործելու և իրականացնելու համար այդ ամբիցիան, և մի քիչ յետոյ ձեր ամբողջ մտաւոր սխառէմի լեցուն կարողութիւնը պիտի յարմարցւի գործելիս, ինչ որ դուք էք ուզում: Բայց ենթադրենք դուք անում էք, ինչպէս շատ մարդիկ անում են, հանգամանքների ներքոյ: Ենթադրենք, որ դուք տուիք ձեր ամբիցիային մի որոշ քանակութեամբ խորհուրդ և դուք եկած էք այն եզրակացութեան, որ հաւանականաբար դուք գուցէ յաջողիք աւելի լաւ, մէկ ուրիշ գործի մէջ և ապա դուք սկսեցիք ուղղել ձեր մտքի ոյժը այդ միւս գործի վրա: Վերջը դուք կը գաք այն եզրակացութեան, որ տակաւին կայ մէկ ուրիշ ճամբայ, որի միջոցով դուք գուցէ յաջողիք, և դուք կը սկսէք համաձայնօրէն ուղղելու ձեր մտքի ոյժը այս երրորդ ամբիցիայի վրա: Ի՞նչ պիտի լինի արդիւնքը: Որևէ մէկը կարող է պատասխանել այս հարցին: Դուք պիտի անէք երեք նոր նախափորձեր, բայց իւրաքանչիւր դէպքում դուք պիտի կանդ առնէք, նախքան դուք կը կատարէք որևէ բան:

Կան հազարաւոր կարող մարդիկ և կանայք, որոնք այս սխալն արել են ամեն տարի իրենց կեանքերում: Իրենց մտաւոր սխառէմի ամբողջ գորութիւնն ուղղուած է մի որոշ ամբիցիայի վրա,

միայն մի կարճ ժամանակում, ապա նրանք ուղղած են ուրիշ տեղեր. բայց մենք բոլորս գիտենք, որ եթէ մենք պիտի լրացնենք որևէ մի բան, մենք պէտք է մերձեցնենք մեր ոյժը և կարողութիւնը, որ մենք ունենք: Եթէ այդ ոյժը և կարողութիւնը, հետևաբար, եթէ երբէք բաւական երկար չի ներմուծուիլ մէկ ուղղութեան մէջ արդիւնք ձեռք բերելու, բացէիբաց ոչ մի արդիւնք պիտի ձեռք բերւի:

Ապա կան ուրիշ մտքեր, որոնք տալիս են իրենց ամենաշատ ուշադրութիւնը մի որոշ ամբիցիայի վրա և կը յաջողեն անթերի կերպով լաւ, բայց նրանք ունեն նաև մի շարք փոքր ամբիցիաներ, որոնց վրա նրանք ուղղում են ուշադրութիւն իրենց ժամանակի մի կարևոր մասի ընթացքում, այսպէս նրանք գործածում են մի միայն մի մաս իրենց ոյժից: Նրանցից մնացորդները նետուում է մի շարք գործի երկարութեան, որոնք ոչինչ չեն շահում: Բայց այս դարում բարձր ազդեցութիւն և կարողութիւն է պահանջուում ամեն մի կարևոր տեղի համար, և որևէ մէկը, որ ուզում է գրաւել մի տեղ, որ կը պատասխանէ իր ամբիցիային և փափաքին, չի կարող վատնել մինչև իսկ մի փոքր մաս այդ ոյժից, որ նա ունի իր մէջ: Նա կը կարօտի նրան իր գլխաւոր ամբիցիայի բոլոր շարքի երկարութեամբ և, հետևաբար, չը պէտք է թոյլատրէ հակառակ քաշողութիւններ գրաւելու իր միտքը մի ըսպէ իսկ:

Եթէ դուք ունէք մի որոշ ամբիցիա կամ մի որոշ փափաք, մտածեցէք այդ ամբիցիայի մասին բոլոր ժամանակ: Պահեցէք այդ ամբիցիան ձեր մտքի առաջ հաստատ կերպով, մտածեցէք նրա մասին ընդհանուր կերպով մինչդեռ դուք ձեր գործի վրա էք, և ազատ վայրկեաններին, թող նա գրաւէ ձեր արտակարգ ուշադրութիւնը, որ փափաքը իրազէկ լինելու, որ ամբիցիան իրապէս սարսռէ ձեր էութեան, իւրաքանչիւր հիւլէն: Եւ մի տարակուսիք և ստացէք ձեր ուղղութիւնը որքան հնարաւոր է բարձր: Որքան բարձր լինի ձեր նպատակը (ուղղութիւնը), այնքան աւելի մեծ պիտի լինի ձեր կատարումը, ամեն անգամ: Այդ չի նշանակում, թէ դուք պիտի իրազէկ լինէք ձեր ամենաբարձր նպատակին ճիշտ այնպէս, ինչպէս դուք պատկերացրիք նրան ձեր մտքում, բայց իրողութիւնն այն է, որ նրանք որոնք ունին ցածր նպատակներ միշտ իրազէկ են, թէ ինչ է ներքևի իրենց նպատակները, մինչդեռ նրանք որ ունեն բարձր գաղափարներ իրազէկ են լինում գրեթէ ինչ է իրենց օրիգենալ ամբիցիան կանչում: Սկզբունքն է ուղղել մտքի ոյժը ամենաբարձրի վրա, ամենախոշոր, ամենախոշոր մտաւոր ըմբռնում այն բանի, որը մենք մտադիր ենք կատարել:

Դրական մտաւոր գործունէութիւն.

Առաջին էականութիւնը, հետևաբար, մտքի լեցուն ոյժը ուղղելն է և խորհուրդը աչքի առաջ ունեցած նպատակակէտի, և շարունակելու ուղղել միտքը այդ ձևով ամեն վայրկեան, առանց նկատի ունենալու հանգամանքները, դրութիւնները:

Երկրորդ էականութիւնն է կատարել ամեն մտաւոր գործունէութիւն դրական: Երբոր մենք փափաքում ենք որոշ բաներ կամ երբոր մենք մտածում ենք որոշ բաներ, որոնց մենք ցանկանում ենք հասնել կամ լրացնել, հարցը նրանում է, թէ մեր մտաւոր գրութիւնները այդ ժամանակ դրական թէ բացասական էին: Այս հարցին պատասխանելու համար մենք միայն պիտի յիշենք, որ դրական գործունէութիւնը մշտական գնում է դէպի այն, որը ստանում է նրա ուշադրութիւնը, մինչդեռ բացասական գործունէութիւնը միշտ նահանջում է:

Մի դրական գործունէութիւն մի գործունէութիւն է, որ դուք կը զգաք, երբոր դուք իրազէկ կը լինէք, որ իւրաքանչիւր գորութիւն, ձեր ամբողջ սիստէմում, մղուած է դէպի առաջ: Երբոր իւրաքանչիւր ներվ զգում է լի, գորաւոր, հաստատուն և որոշ, դուք դրական գրութիւնում էք, և ինչ որ դուք կարենաք անել իր ժամանակին, պիտի առաջ բերէ արդիւնքներ ձեր փափաքի և ամբիցիայի շարքի երկարութեամբ: Երբոր դուք մտքի մի դրական վիճակում էք, դուք երբէք ներվային չէք, ոչ էլ խանգարուած, դուք երբէք չէք յուզուիլ, իրապէս, որքան դրական էք դուք, այնքան խորն է ձեր հանդարտութիւնը և աւելի է ձեր կառավարելու գորութիւնը ձեր ամբողջ սիստէմի վրա:

Այս իրողութիւնը շատ լաւ լուսաբանուած է տարբեր մարդկանց կեանքերում, որոնց անմիջական ներկայութիւնը երևան է հանում այն իրողութիւնը, որ նրանք ունեն շատ բարձր մշակուած անհատականութիւն, գորաւոր անձնաւորութիւն, ուժեղ խարակտեր և մեծագոյն դրական մտքեր: Երբոր մենք նայենք նրանց, մենք իսկոյն իրազէկ կը դառնանք, որ նրանք ապրում են և գործում մի խաղաղ վիճակում, որ թւում է այնքան խորն է, որ անյատակ անչափելի է, և կայ ոյժ այդ խաղաղութեան մէջ, որը գործում է գրեթէ մագնետի նման: Նրանց խաղաղութիւնը թւում է թէ կենդանի է: Նրանց լուռ գործունէութիւնները խօսում են և նրանց հանդարտ գրութիւնը թւում է թէ սարսուացնում է մի անդիմադրելի գորութիւնով, որը պարզապէս յափշտակում է ուշադրութիւն:

Այս տալիս է մեզ մի մաքուր զաղափար, թէ ինչ է նշանակում դրական լինել: Դրական մարդը այն մէկը չէ, որը վազում է, տակն ու վրա եղած, այստեղ և այնտեղ, անզգոյշ դատելում կամ չունի շինիչ գործունէութիւն, բայց մէկը, որ բացարձակապէս խաղաղ և կառավարուած իւրաքանչիւր հանգամանքում, և տակաւին այսպէս բացարձակապէս լի էնէրգիով, որ իր էութեան մէջ իւրաքանչիւր հիւլէ պատրաստ է լրացնելու և ձեռք բերելու: Այս էնէրգիան չի թոյլատրուած գործելու, մինչև պատշաճ ժամանակը կը հասնի, և այն ատեն նրա գործունէութիւնը կը գնայ ուղղակի կերպով կէս նպատակի վրա:

Երբոր միտքը դրական է, նա գործում է ներդաշնակ իր հետ: Բացասական միտքը, սովորաբար ներդաշնակութիւնից դուրս է, և դրանից նա կորցնում է իր ոյժերից մեծագոյն մասը: Դրականութիւնը

միշտ նշանակում է ամբարած գորութիւն, մի գորութիւն, պահուած սիստէմում, կատարեալ կօնորօլի ներքոյ, մինչև գործունէութեան ժամանակը, և գործունէութեան ժամանակի ընթացքում ուղղում է կառուցանող կերպով նոյն կատարեալ կառավարութեամբ: Դրական միտքը, գրականօրէն ասած, մի մարդկային դիւնամօ է, և ոչինչ չի կարող ցածրացնել այս տեսակ միտքը, ոչինչ չի կարող խանգարել այս տեսակ միտքը, ոչինչ չէ կարող ազդել այս տեսակ մտքին: Այս տեսակ միտքը կռիւ շունի որևէ մէկի հետ կամ որևէ բանի հետ: Այս տեսակ միտքը երբէք չի վիճաբանիր, չի առարկէր, կամ կը ջանայ ապացուցանել իր պարագան բաւերով, այս տեսակ միտքը պարզօրէն կը յայտարարէ «ես պիտի անեմ այդ» և ապա սկսում է միևնոյն դրական որոշումով և կը յաջողի:

Մէկ ուրիշ դրականութեան լուսաբանութիւն կարելի է գտնել, բաղդատելով երկու առևտրական մարդկանց, որոնք աշխատում են վաճառել իրանց արտադրութիւնը: Նրանցից մինը շատ նախայարձակ, շատ ջանք անող է և գործածում է ամեն ձևեր և միջոցներ ազդելու ձեզ, որ դուք դառնաք նրա մուշտարին, բայց որքան լսում էք նրա խօսակցութիւնը, ձեզ յիշեցնում է մի դատարկ տակառ: Թւում է թէ նրանում ոչինչ չի կայ: Նրա անձնաւորութեան մէջ խորութիւն չի կայ: Նրա ձայնի մէջ յատկութիւն չի կայ և թւում է ոչինչ չի կայ այդ մարդու յետևը: Նրա ներկայութիւնը գէթ հաճելի չէ ձեզ. և թէև նա իրապէս կանգնում է և ջանում է կատարել իր վաճառումը, նա յաջողում է այդ միայն մի-մի անգամ երբեմն: Միւս մարդը բոլորովին տարբեր է: Նա ոչ նախայարձակ է, ոչ էլ ջանք անող, բայց գնում է իր գործին մի հանդարտ և հաստատուն ձևով: Իւրաքանչիւր բառ որ նա դուրս է հանում իր բերնից, թւում է թէ գալիս է, իր էութեան խորքից և դուք իսկոյն կը տպաւորւէք: Դուք կը գտնէք անմիջապէս, որ մի բան կայ այս մարդու մէջ: Կայ ոյժ և յատկութիւն և արժանիք ամեն բանի մէջ, որ նա ասում է կամ անում է: Իւրաքանչիւր բառ համոզիչ է, որովհետև մի բան կայ դրա ետևը, և իւրաքանչիւր յայտնութիւն, որ նա անում է մի պատմելու յայտնութիւն է, որովհետև նա լցուած է մի ոյժով, որ գնում է ուղղակի ի տես դրուած առարկային: Դուք ուրախացած էք լսելու այդ մարդուն, և դուք շատ հաճել էք, ինչ որ նա ունի ասելու, որ դուցէ դուք կարող էք գործածել իր արտադրութիւնը և գնէք: Յաճախ, դուք պիտի գնէք, ինչ որ է, որովհետև նա ձեզ հաւատացրեց, որ ձեզ համար մի պատեհութիւն էր տալ պահանջուած ժամանակը տեսակցութեան համար:

Այս երկու տիպերը միմիայն վաճառողների մէջ չէ, որ գտնւում են, նրանք գտնւում են բոլոր դասակարգի ժողովուրդի մէջ, և մենք կը գտնենք կանանց մէջ այնպէս լաւ, ինչպէս տղամարդկանց մէջ: Մէկ տիպի մէջ բոլոր մտաւոր գործունէութիւնները դրական են, գործում են ներդաշնակ, և լինելով ամբողջութեամբ ուղղուած դէպի առարկան, որ ի տես է դրուած, մինչդեռ միւս տիպի մէջ այս միևնոյն գործունէութիւնները ցիրուցան են, անհանգիստ, ներվային, խանգարուած, շարժում է

այստեղ և այնտեղ, երբեմն ուղղութեան ներքոյ, բայց շատ ժամանակ ոչ: Եւ այն մէկ տիպը պիտի անփոփոխելի կերպով յաջողի, այնքան ճիշտ և որոշ է, որքան միւս տիպը պիտի վրիպի: Յիրուցան եղած էնէրգիան չի կարող ուրիշ կերպ լինիլ, բացի վրիպում, մինչդեռ դրականօրէն ուղղուած էնէրգիան պարզապէս պիտի յաջողի: Մի դրական միտք նման է մի զօրաւոր ջրի հոսանքի, հաւաքում է ծաւալ և զօրութիւն հարիւրաւոր փորձութիւններէց միայնակ իրեն ընթացքում: Աւելի առաջ որ նա դնում է ոյժերը մեծանում են, մինչև որ հասնում է նպատակակէտին, այս ոյժը պարզապէս անհուն է: Մի բացասական միտք, հետևաբար, պէտք է լինէր մի բան մի ջրի հոսանքի նման, որ աւելի առաջ էր հոսում, աւելի բաժանմունքներ էր անում, մինչև որ նա հասաւ նպատակակէտին, փոխանակ լինելու մի զօրաւոր գէտ, հոսանք, նա դառցաւ հարիւրաւոր փոքր, թոյլ, ծանծաղ գետեր:

Դրականութիւնը զարգացնելու համար անհրաժեշտ է զարգացնել այս յատկութիւնները, որ կը սահմանեն դրականութիւնը (positiveness): Մատնանիշ արէք տալու բոլոր ձեր ուշադրութիւնը թէ ինչ էք ուզում կատարել, լրացնել կամ պսակել, և տուէք այդ ուշադրութեան հաստատութիւն, խաղաղութիւն և որոշում: Ապա ջանացէք խորութիւն տալ իւրաքանչիւր փափաքին, մինչև դուք կը զգաք, որ եթէ ձեր էութեան բոլոր ոյժերը գործում են, ոչ թէ երեսից, այլ ձեր մէջ եղող մեծամեծ աշխարհից: Հէնց որ այս դիրքը մշակուեց, դրականութիւնը պիտի դառնայ աւելի և աւելի որոշ, մինչև որ դուք կարողանաք իրապէս զգալ, դուք ձեզ ձեր շահած ոյժը և ազդեցութիւնը: Եւ ազդեցութիւնը ոչ միայն պիտի նկատուի ձեր սեպհական կարողութեան մէջ և աւելի լաւ ուղղելու և գործադրելու ձեր տաղանդները, բայց միւս մարդիկը պիտի գտնեն փոփոխութիւնը: Այսպէս դուք պիտի շատ լաւ ընդունուէք բոլորից, և նրանք, որոնք փնտռում են ոյժի տէր մի մարդու, որ կարող է գործեր կատարել, պիտի նային ձեզ վրա, որպէս մէկին, որպէսզի գրաւէ ազատ դիրքը, որ պիտի լեցուի:

Դրականութիւնը, ուրեմն, ոչ միայն տալու է ձեզ կարողութիւն կատարելու շատ աւելի գործածութիւն ձեր մէջ ունեցած զօրութիւններին, բայց նա նաև տալիս է ձեզ անձնաւորութիւն, այդ շատ հիացման արժանի բանը, որ դուք պիտի ընտրուիք, երբոր ոյժի տէր մարդուն կարիք կայ: Ոչ ոք չի ուզենար մի բացասական անձնաւորութիւն:

Այսպիսի անձնաւորութիւնները կերևան տկար և դատարկ և սովորաբար չը գիտենալու կը դնեն: Բայց ամեն ոք գրաւվում է մի դրական անձնաւորութիւնից, և դրական անձնաւորութեանն է, որ տալիս են առաւելութիւնը ամեն անգամ: Եւ ճիշտ է, որ այդ այդպէս պիտի լինի, որովհետև դրական անձնաւորութիւնը աւելի լաւ է գործածում իր ոյժերը, և հետևաբար, կարող է լաւ գործ կատարել որտեղ որ նա կանչուած է գործելու համար:

Մտքի ուժը գործածելիս խորհուրդի խորին գործունէութիւնը, կամքը և փափաքը ևս պիտի միացնել աւելի մեծ արդիւնքի համար: Հետևաբար բոլոր մտաւոր գործունէութիւնը պիտի զօրաւոր և ազդեցիկ լինի, պէտք է լինի ենթագիտակցական, այսինքն, նա պէտք է գործէ մտաւոր ներքոյ-հոսանքների դաշտում, որովհետև հէնց այս դաշտումն է, որ գործերը իրապէս կատարւում են: Այն զօրութիւնները որ դեր են կատարում մտքի մակերևոյթի վրա, կարելի է փոխել և դառցնել իրենց ընթացքից գրեթէ որևէ արտաքին ազդեցութիւնից և նրանց նպատակը այսպէս հեռացնել: Ներքոյ հոսանքները, հետևաբար, և միայն ենթագիտակցութեան միջոցով և կառավարւում են ենթագիտակցութեամբ: Ուրեմն, ենթագիտակցութիւնն է, որը պէտք է մենք հասկանանք և գործենք նրա վրա, մենք ուզում ենք մտքի ուժ գործածելու ամբողջ կարողութեամբ առաջ բերել ամենամեծ հնարաւոր չափով փափաքուած արդիւնքները:

Մահմանելով ենթագիտակցական միտքը նախ անհրաժեշտ է ասել, որ նա մի բաժան միտք չէ: Մարդու մէջ միայն մէկ միտք կայ, բայց նա ունի երկու փուլեր, գիտակցական և ենթագիտակցական: Գիտակցականը սահմաններ որպէս մտաւորականութեան վերին կողմը և ենթագիտակցականը որպէս տակի կողմը:

Ենթագիտակցութիւնը, որ մի նուրբ մտաւոր զօրութիւն է և ունի սրոշ զօրութիւններ, ֆունկցիաներ, և հնարաւորութիւններ, կամ որպէս կեանքի մի մեծ մտաւոր ծով, էնէրգիա և ոյժ, որի զօրութիւնը և կարողութիւնը դեռ չէ չափուած:

Ենթագիտակցական միտքը ունի մի շարք բնական ֆունկցիաներ, որոնց հետ մենք բոլորս էլ ծանօթ ենք և նրանց մասին մի համառօտ յիշելը պիտի օգնէ մեզ հասկանալու, թէ ինչ է իրապէս ենթագիտակցութիւնը: Ենթագիտակցական միտքը կառավարւում է մարմնի բոլոր բնական ֆունկցիաները, ինչպէս, շրջանառութիւնը, շնչառութիւնը, մարսողութիւնը, կերակուրի փոխարկումը, ֆիզիքական վերանորոգութիւնը, և այլն: Նա կառավարւում է նաև մարմնի բոլոր ոչ-կամաւոր գործունէութիւնները և բոլոր այն գործունէութիւնները, մտքի և մարմնի մէջ, որ շարունակւում են իրենց բնական շարժումները, առանց կամքի գործածութեան: Ենթագիտակցութիւնը յաւերժացնում է խարակտերիստիկաները, նկարագիրները, միտումներն և յատկութիւնները, որոնք յատուկ են անհատներին, տեսակներին և ցեղերին: Ինչ որ կոչւում է ժառանգականութիւն, բոլորովին մի ենթագիտակցական գործ է: Ինչ որ կոչւում է, «երկրորդ բնութիւն», սա ևս արդիւնք է ենթագիտակցական գործունէութեան: Երբևէ որևէ բան կրկնւում է մի բաւական երկար ժամանակներ, սովորութիւն է դառնում և նա մտնում է ենթագիտակցութեան մէջ և դառնում է երկրորդ բնութիւն: Յաճախակի պատահում է, հետևաբար, որ

մի գիտակցական գործունէութիւն մտնում է ենթագիտակցութեան մէջ առանց կրկնութիւնների և դառնում է երկրորդ բնութիւն, գրեթէ իսկոյն:

Երբոր մենք վերլուծենք ենթագիտակցութեան գործունէութիւնները մենք կը դանենք որ նա պատասխանատու է գրեթէ որևէ բանի, որ գիտակցական միտքը կը փափաքի կամ կուզի, թէ և սովորաբար անհրաժեշտ է, որ գիտակցական միտքը իր փափաքները սուղաւորէ ենթագիտակցականութեան վրա միաժամանակ, նախ քան արդիւնքներ ձեռք բերելու: Ենթագիտակցականութիւնը մի շատ յօժար ծառայ է և այնպէս՝ ձեռնհաս է, որ եթէ մենք վրիպենք գտնել մի եզակի բան, մտաւոր շարքի երկարութեանը, նա ինքը կարող է անել: Նա կը զիջանի պատրաստօրէն գրեթէ որևէ տեսակի վարժութիւնների և կանէ գործնականապէս որևէ բան, որ ուղղուած է նրան անելու այդ բանը մեր օգտի համար, թէ ոչ: Այս կապակցութեան մէջ, լաւ է վերլիշել, որ կայ մարդկային սխտէմի մէջ մի շարք բաներ, որ մենք նայում ենք նրանց վրան, որպէս բնական և անխուսափելի, որոնք պարզապէս արդիւնք են անցեալում վատ ուղղութիւնով վարժուած ենթագիտակցութեան: Մենք յաճախ խօսում ենք մարդկային տկարութիւններից, որպէս բնական, բայց իրողութիւնն այն է, որ այս տկարութիւնները պարզապէս արդիւնք են ենթագիտակցութեան թերակատար կրթութեան:

Նոյնը ճշմարիտ է տարիքի ընթացքի մասին: Ժամանակակից գիտութիւնը ցուցադրեց, որ բնական չէ մի անձի համար ծերանալ վատսուն, եօթանասուն կամ ութսուն տարիքին, այսու ամենայնիւ, միշին անձը երևում է մօտաւորապէս ծեր տարիքի բոլոր դրութիւններին այդ ժամանակներում: Դորա պատճառը, պարզապէս այս է, որ ենթագիտակցական միտքը հրահանգուած էր բազմաթիւ սերունդների միջոցով, արտադրել ծեր տարիքը վատսուն, եօթանասուն, ութսուն և իննսունի, և ենթագիտակցութիւնը միշտ կանէ, ինչ որ վարժեցրած են նրան անելու: Նա կարող է իսկոյն, հետևաբար, վարժեցնել արտադրել աւելի մեծ ֆիզիքական զօրութիւն և աւելի մեծ մտաւոր կարողութիւն իննսուն տարիքին, ինչպէս որ մենք ունէինք երեսուն կամ քառասուն տարիքում: Նա կարող է նաև վարժուել արտադրել միևնոյն զօրաւոր երիտասարդութիւն, հարիւր տարեկան հասակում, որպէս ամենաառողջ մարդիկ և կանայք, որ ունէին քսան տարեկան եղած ժամանակին:

Շատ մեծ թւով մարդիկ կան, որ վրդովուած են այն իրողութեան վրա, թէ նրանք ժառանգած են որոշ խարակտերիստիքաներ կամ հիւանդութիւններ իրենց ծնողներից, բայց ինչ որ նրանք ժառանգած են պարզապէս ենթագիտակցական միտումներ են այս ուղղութեան մէջ, և այդ տեսակ միտումները կարելի է փոխել բացարձակապէս: Ինչ որ մենք ժառանգած ենք մեր ծնողներից, կարելի է արտաքսել այնքան ամբողջութեամբ, որ երբեք չի գիտենանք, որ նա այնտեղ է եղել: Այդ ձևով մենք կարող ենք վճռականօրէն զարգանալ լաւ յատկութիւնների վրա, որ մենք ժառանգած ենք մեր ծնողներից, որ որևէ նմանողութիւն ծնողների և երեխայի միջև և այս շարժառիթները ամբողջապէս կաներևոյթանայ:

Ենթադիտակցական միտքը միշտ պատրաստ է և կամենում է և ձեռնհաս է կատարելու որևէ փոփոխութիւն, աւելի լաւագոյն մեր Ֆիզիքական և մտաւոր վերակազմութեան համար, որ մենք կը փափաքինք, թէև նա հրաշքային ձևով չի գործում, ոչ էլ նա սովորաբար առաջ է բերում վայրկենական արդիւնքներ: Նրա գործունէութիւնները, սովորաբար, աստիճանական են, բայց նրանք անփոփոխելի կերպով առաջ կը բերեն մտադրուած արդիւնքներ, եթէ կանոնաւոր վարժութիւններ շարունակեն:

Ենթադիտակցական միտքը կը պատասխանէ գիտակցական մտքի ուղղութիւններին, այնքան երկայն, որքան այս ուղղութիւնները չեն միջամտիլ բնութեան բացարձակ օրէնքներին: Ենթադիտակցութիւնը երբէք չի շարժուիլ հակառակ բնական օրէնքի, բայց նա ոյժ ունի այնպէս դործածելու բնական օրէնքը, որ բարելաւութիւն կարելի է ձեռք բերել որևէ գծի երկարութեամբ: Նա պիտի վերարտադրէ մտքի և մարմնի մէջ որևէ դրութիւն, որը ամբողջութեամբ տպաւորուած է և խորապէս զգացուած է գիտակցական մտքի կողմից: Նա դուրս կը բերէ անփափաքելի դրութիւնները, երբոր սխալ կերպով տպաւորուած կամ ուղղուած է, և նա պիտի առաջ բերէ առողջութիւն, գորութիւն, երիտասարդութիւն և աւելացրած գորութիւն, երբոր այդպէս ուղղուած է: Եթէ դուք կը շարունակէք փափաքել մի գորաւոր ֆիզիքական մարմին և լիօրէն կակընկալէք ենթադիտակցութիւնից կազմելու ձեզ համար մի գորաւոր մարմին, դուք պիտի գտնէք, որ այս պիտի լինի ձեզ համար: Դուք պիտի հաստատուն կերպով աճիք ֆիզիքական գորութեան մէջ: Եթէ դուք կը շարունակէք փափաքել աւելի մեծ կարողութիւն մի որոշ գործի համար և կ'ակընկալէք ենթադիտութիւնից առաջ բերելու ամենամեծ մտաւոր գորութիւն և կարողութիւն այդ որոշ շարքի երկարութեամբ, ձեր կարողութիւնը, ինչպէս ակընկալեցիք, պիտի աճի: Բայց անհրաժեշտ է այս կապակցութեան մէջ լինել շարունակող և յարասեռող: Դառնալ եռանդուն այս բաների մասին միայն մի քանի օր, չի օգնել: Երբոր մենք գործ կը դնենք այս օրէնքները յարասեռէն շաբաթներ, ամիսներ և տարիներ մենք կը գտնենք արդիւնքներ, ոչ միայն լինելու, ինչ որ մենք ակնկալած ենք, բայց յաճախ շատ աւելի մեծ:

Ամեն բան յակում ունի աճելու ենթադիտակցականութեան մէջ: Երբևէ մի տպաւորութիւն, կամ փափաք կը տեղաւորուի ենթադիտակցութեան մէջ, նա ունի մի յակում, դառնալու աւելի խոշոր և հետևաբար վատը կը դառնայ ամենագէշը, երբոր նա կը մտնէ ենթադիտակցականութեան մէջ, մինչդեռ բարին կը դառնայ լաւագոյն: Մենք գորութիւն ունինք, հետևաբար, դուրս հանել վատը ենթադիտակցութիւնից և պատճառ դառնալ միայն լաւը մտցնելու այդ անհուն դաշտը:

Երբևէ դուք կասէք, թէ դուք յոգնած էք և թոյլ կըտաք այդ զգայութիւնը մխրճուիլ ենթադիտակցութեան մէջ, դուք անփոփոխ կերպով պիտի զգաք աւելի յօգնած: Երբևէ դուք հիւանդ զգաք, և թոյլ տաք այս զգայութիւնը մտնելու ենթադիտակցականութեան մէջ, դուք կը զգաք աւելի

վատ: Նոյնպէս ճշմարիտ է երբոր դուք թոյլ էք զգում, տխուր էք, հիասթափուած կամ ճնշուած: Եթէ դուք թողնէք այս զգայնութիւնները մտնեն ենթագիտակցականութեան մէջ, նրանք միշտ աւելի վատ կը դառնան:

Միւս կողմից, մենք կը զգանք երջանիկ, զօրաւոր, շարունակող և վճռական և թոյլ տանք այս զգայնութիւնները մտնել ենթագիտակցականութեան մէջ, մենք միշտ կը զգանք աւելի լաւ: Ուրեմն, շատ կարևոր է, որ մենք զբաղանապէս մերժենք տեղ տալ ներսում որևէ ոչ-փափաքելի զգայնութեան: Երբևէ որ դուք կը տաք ներսում տեղ որևէ զգայնութեան, նա կը դառնայ ենթագիտակցական և եթէ այդ զգայնութիւնը վատ է, նա կը դառնայ աւելի վատ, բայց որքան երկար դուք կը պահէք ոչ-փափաքելի զգայնութիւնները դրսում, այսպէս ասած, դուք պիտի բռնէք նրանց ծովախորշում, մինչև բնութիւնը կարողանայ շտկել ինքն իրեն կամ հաւաքէ վերապահուած ոյժերը և այսպէս դուրս նետէ ճանապարհի վրայից բոլորովին: Երբէք մուտք մի տուէք հիւանդութեան, բայց այդ չի նշանակում, որ դուք պիտի շարունակէք ծանր գործել, ինչպէս սովորաբար, կամ պատճառ դառնալ մտքին և մարմին շարունակել իրենց սովորական գործունէութիւնները, ձեզ տուէք մի կատարեալ հանգիստ, բայց ներս մի ընդունէք հիւանդութեան զգայնութիւնը: Պահեցէք նրան դրսի կողմը: Մնացեալը պիտի օգնէ մարմինը ապաքինելու, և երբ նա գործեց, սպառնացող հիւանդութիւնը պիտի անհետանայ:

Երբևէ դուք զգում էք յոգնած և ընկճուած, մի թոյլ տաք այդ, այլ դաւցրէք ձեր ուշադրութիւնը անմիջապէս մի բանի վրա, որ ծայրայեղօրէն հետաքրքիր է, մի բան, որ պիտի ամբողջութեամբ դառննէ ձեր միտքը դէպի հաճելի, աւելի փափաքելի կամ իդէալականը: Զգալիս շարունակեցէք ինչ ձևով որ դուք ուզում էք զգալու և թոյլ տուէք միմիայն առողջ զգայնութիւններ մտնելու ենթագիտակցութեան մէջ: Այսպէս առողջ զգայնութիւնները պիտի ապրեն և աճեն. և քիչ ժամանակից յետոյ ձեր ոյժը լաւ է զգալու, բարի, լաւ և զօրաւոր բոլոր ժամանակ, պիտի դառնայ այնպէս զօրաւոր, որ դուք կարող էք դնել դուրս այս ձևով, որևէ հակառակ զգայնութիւն, որ դուցէ սպառնայ ձեզ որևէ ժամանակ:

Ինչպէս կեանք կերպարանայ:

Այս կապակցութեան մէջ կայ մի բան, որ մենք կարող ենք յիշել, որ շատ հետաքրքիր է: Ասում են, թէ ոչ ոք չի մեռնում, մինչև որ նա յոյսը կը կտրէ. այսինքն, ներս է թոյլ տալիս մտնելու այն զօրութիւնները, որ բերում են ֆիզիքական մահ: Որքան երկար ժամանակ նա կը մերժէ ներս ընդունել այս զօրութիւններին կամ դրութիւններին, նա կը շարունակէ ապրիլ: Որքան երկար ժամանակ մի անձ կարող է մերժել ներս ընդունելը, մինչև իսկ ամենահակառակ պարագաներում, դա մի հարց է: Բայց

մի բան որոշ է, որ մեռնողներին հազարաւորներ և հազարաւորներ կարելի է արգելած ամեն տարի, եթէ հիւանդը մերժէ ներս ընդունելը: Շատ հանգամանքներում կեանքի և մահուան զօրութիւնները դրեթէ նմանօրինակ հաւասարակշռութիւն են: Որ մէկը պիտի շահի, կախուած է հիւանդի մտաւոր դրութիւնից: Եթէ նա կը դառցնէ իր միտքը և իր կամքը կեանքի զօրութիւնների կողմը, այդ զօրութիւնները պիտի շահին, բայց եթէ նա դառցնէ մտքի ոյժը և կամքը այն կողմը որ մահուան զօրութիւններն են, մահուան զօրութիւնները պիտի շահին: Եւ այնքան երկար, որքան նա կը շարունակէ յարատեւ ապրելով, մերժելով բացարձակապէս ներս առնել մահը, նա նետում է մտքի ամբողջ ոյժը, խորհուրդը և կամքը կեանքի կողմը: Նա պիտի այսպէս աճեցնէ կեանքի ոյժը բաւականաչափ, մահուան յաղթելու համար:

Այժմ խնդիր է, թէ քանի անգամներ մի անձնաւորութիւն կարող է յաղթել մահուան այս մեթոդով: Բայց իրողութիւնը մնում է, որ այս մեթօդը միայնակ կարող է ազատել կեանքը այս դէպքերի մի մեծագոյն մասը. և բոլորն էլ պիտի ընդունեն, աւելի երկար մտածելով այս առարկայի վրա, որ այդ մեծամասնութիւնը պիտի շատ խոշոր լինի: Դա մի մեթոդ է, հետևաբար արժանի է ամենալաւ ուշադրութեան, իւրաքանչիւր հիւանդի սենեակում և դրա դադտնիքը գտնուած է այն իրողութեան մէջ, որ երբևէ մենք ներս կընդունենք, որևէ դրութիւն կամ գործունէութիւն, նա կը դառնայ աւելի զօրաւոր, այս կը պարտի ենթագիտակցականութեան յակումին խոշորացնելու, աճեցնելու և մեծցնելու, ինչ որ նա կը ստանայ:

Տուէք ձեր մտքում տեղ մահի զօրութիւններին և ենթագիտակցական միտքը պիտի կատարէ այս զօրութիւնների ոյժը: Տուէք մտքը, կեանքի զօրութիւններին, և ենթագիտակցական միտքը պիտի աճեցնէ ձեր կեանքի զօրութիւնները և դուք պիտի շարունակէք ապրել:

Ենթագիտակցական հնարաւորութիւններ.

Մենք պէտք չիշենք, որ իւրաքանչիւր կարողութիւն ունի մի ենթագիտակցական կողմը, և որ նա կը դառնայ աւելի մեծ և աւելի ձեռնհաս, երբոր այս ենթագիտակցական կողմը զարգացած է: Այս ճշմարիտ լինելով, յայտնի է, որ կարողութիւնը և հանճարը կարելի է զարգացնել մի նշանաւոր աստիճանի ենթագիտակցական վարժութեան միջոցով. իրապէս, ապահով կարող ենք ասել, որևէ աստիճանի: Մարմնի իւրաքանչիւր բջիջը ունի մի ենթագիտակցական կողմ, հետևաբար եթէ ամբողջ անձնաւորութեան ենթագիտակցական կողմը զարգացած է, մենք կարող ենք իրազէկ լինել, թէ ինչ բարելաւութիւն կարելի է հնարաւոր անել, այդ դաշտում: Մի ենթագիտակցական կողմ կայ մարդկային բնութեան բոլոր յասկութիւններին մէջ:

Բարեկալութիւնը որևէ ուղղութեամբ հնարաւոր է, այդ լինի գործելու տաղանդ, կարողութիւն, առողջութիւն, երջանկութիւն, խարակտեր, կարելի է ձեռք բերել, առանց վրիպելու, եթէ ենթագիտակցութեանը պատշաճօրէն ուղղութիւն է տրուած: Եւ ուղղութիւն տալ ենթագիտակցութեանը որևէ գործի համար, միմիայն անհրաժեշտ է փափաքել, ինչ որ դուք ուզում էք, և այդ փափաքները պէտք է լինեն այնքան խոր և այնքան յարատեական, որ նրանք դառնան դրական զօրութիւններ ենթագիտակցութեան դաշտում:

Երբոր դուք կը դգաք, որ դուք ուզում էք մի որոշ բան, այդ դգայնութեանը տեղ տուէք ձեր ներսում, նաև այդ դգայնութիւնը շինեցէք դրական: Տեղ տուէք ձեր ներսում ձեր ամբիցիաներին նոյն ձևով և բոլոր փափաքները, որ դուք ցանկանում էք իրականացնել: Թոյլատրէք այս բոլոր բաները, որ դուք ցանկանում էք աճեցնել ձեր կեանքում, մտնել ձեր սիստէմի մէջ, որովհետև ինչ որ կը մտնէ ձեր սիստէմի մէջ, ենթագիտակցութիւնը պիտի սկսէ զարգացնել, գործել և արտայայտել:

Ենթագիտակցութիւնը գործածելիս մենք պէտք է յիշենք, որ մենք չենք գործածում այնպիսի մի բան, որը բաժան է նօրմալ կեանքից: Մարդկանց մէջ տեղ եղող տարբերութիւնը, այսինքն մէկը, որ դիտական կերպով է գործածում ենթագիտակցութիւնը և միւսը, որ դիտական կերպով չի գործածում, պարզապէս այս է. — վերջինը գործածում է իր մտքի միայն մի փոքր մասը, մինչդեռ առաջինը գործածում է իր ամբողջ միտքը: Եւ այս բացատրում է, թէ ինչու ով որ գործածում է ենթագիտակցութիւնը ուշիմութեամբ, ունի աւելի մեծ գործելու ընդարձակութիւն կամ տաղանդ, աւելի մեծ կարողութիւն և աւելի մեծ տևողականութիւն. նրանք երբեմն կատարում են երկու կամ երեք մարդկանց գործը և սքանչելի գործ են անում: Ենթագիտակցութիւնը վարժեցնել գործնական գործունէութեան համար, դա մի հասարակ զգացմունքի հարց է: Դուք կարող էք մերժել զարգացնել ձեր մտաւոր դաշտի մի փոքր անկիւնը, երբոր կարող էք մշակել ամբողջ մտաւոր դաշտը:

Ինչպէս վարժել ենթագիտակցութիւնը

Նախ քան մենք կը սկսենք ուղղութիւն տալ ենթագիտակցական մտքին մի մասնաւոր արդիւնք ստանալու նպատակով, պէտք է յիշենք հետևեալ օրէնքը:—

Ենթագիտակցութիւնը կը պատասխանէ տպաւորութիւններին, ներշնչումներին, փափաքներին, ակընկալութիւններին և ուղղութիւններին որ գալիս է դիտակցական մտքից, հոգ տանելով, որ դիտակցական միտքը դպչի ենթագիտակցականին ճիշտ այդ ժամանակին: Ուրեմն, զադանիքը գանձում է մտքի երկու փուլերի մէջ, որ դիպչում են միմեանց, երբոր ուղղութիւններ են տրուում: Պատճառ դառնալ դիտակցութեան դպչելու ենթագիտակցութեան, անհրաժեշտ է զգալ դիտակցական գործունէութիւն,

Թափանցելով, խորը մտնելով ձեր ներքին սիստեմի մէջ, այսինքն, դուք պէտք է զգաք, որ դուք ապրում էք, ոչ պարզապէս երեսի վրա, այլ մէջը, մէկ կողմից միւսը: Այդպիսի ժամանակներ միտքը պէտք է լինի խողաղ և կատարեալ հանգստութեան մէջ և պէտք է դիտակից լինել այն ձեր մէջ դռնուած մի բանին, որ չի վերաբերիր գոյութեան սոսկ երեսին լինել:

Երբոր դուք կը ցանկանաք ուղղութիւն տալ ենթագիտակցութեան առաջ բերելու ֆիզիքական առողջութիւն, նախ պատկերացրէք ձեր մտքում, մի յստակ գաղափար կատարեալ առողջութեան: Ձանացէք տեսնել այս դադափարը ձեր մտքի աչքով, և ապա ջանացէք զգալ այս գաղափարի նշանակութիւնը ձեր գիտակցութեամբ: Եւ մինչդեռ դուք այդ գոյութեան դիրքումն էք, թոյլ տուէք ձեր խորհուրդը և ձեր ուշադրութիւնը գնալու այն խոր, հանդարտ, լռիկ դրութեան մէջ, ուր, դուք կարող էք զգալ ամբողջութեան մտաւոր իզէան և առողջութեան մտնելը կեանքի մէջ և ձեր սիստեմի իւրաքանչիւր հիւլէի մէջ: Ձանացէք զգալ կատարեալ առողջութիւն ձեր մտքում, և ապա թող այդ գգայնութիւնը սուզի ձեր ամբողջ ֆիզիքական սիստեմի մէջ:

Երբոր որ կը զգաք, որ հիւանդութիւն է գալիս ձեզ վրա, դուք կարող էք կամթել նրան պտուկից այս պարզ մեթոդով, որովհետեւ եթէ ենթագիտակցութիւնը ուղղուած է առաջ բերելու աւելի առողջութիւն, աւելացած առողջութեան զօրութիւններ շուտով պիտի սկսեն առաջ գալ ներսից և դուրս հանէ որևէ անկարգութիւն կամ հիւանդութիւն, որը գուցէ մօտեցել էր մարմնի մէջ մտնելու համար: Միշտ յիշեցէք, որ ինչոր կը տպաւորուի ենթագիտակցութեան կամքի վրա, մի քիչ յետոյ, պիտի արտայայտուի ենթագիտակցութիւնից անձնաւորութեան մէջ, և որ ֆիզիքական դրութիւնները, որ դուք ուզում էք հեռացնել, միայն մի փոքր բաւական ենթագիտակցական ոյժ կարող է գրգռել յօրինուածքը հանգստացնելու, ներդաշնակացնելու և ամբողջացնելու անմիջապէս: Երբոր դուք ցանկանում էք դրութիւնը վերացնել, որը շարունակական է, մի առ ժամանակ, գուցէ նա կը վերցնէ աւելի երկար ժամանակ, որպէսզի ենթագիտակցութիւնը գործէ, այդ հարցում, բայց մի բան որ որոշէ, որ եթէ դուք կը շարունակէք ուղղել ենթագիտակցութեան, հեռացնելու այդ դրութիւնը, դրականապէս պիտի հեռանայ: Ենթագիտակցութիւնը ոչ միայն կարող է հեռացնել անփափաքելի դրութիւնները ֆիզիքական և մտաւոր սիստեմից, նա կարող է նաև առաջ բերել այն դրութիւնները, որ մենք ուզում ենք, և աւելի զարգացնել այն փափաքելի դրութիւնները, նրանց, որոնց մենք արդէն տէր ենք: Այս նպատակի համար գործածելու օրէնքը, խորը փափագեցէք, որ այն դրութիւնները, որ դուք ուզում էք և ունեցէք շատ յստակ գաղափար ձեր մտքում, թէ ինչպէս էք ուզում, որ այդ դրութիւնները լինին:

Եթէ մենք առողջութիւն ենք ուզում, մենք պէտք է ուղղութիւն տանք ենթագիտակցութեան, առաջ բերելու աւելի և աւելի առողջութիւն: Եթէ մենք ոյժ ենք ուզում, մենք պէտք է ուղղութիւն տանք ենթագիտակցութեան, ոչ միայն տալու մեզ որոշ չափով ոյժ, այլ տալ մեզ աւելի և աւելի ոյժ:

Եթէ մեր փափաքը շարունակական կերպով կաճի բոլոր բաների համար, մենք կարող ենք ձեռք բերել, նախ, մի թեթև բարելաւութիւն, և ապա աւելացած բարելաւութիւն, որին կը հետևի աւելի մեծ բարելաւութիւն, մինչև որ մենք վերջիվերջոյ կը հասնենք ամենաբարձր նպատակներին, որ ունենք մեր աչքի առաջ:

Ոչ մի ջանք չի պիտի դնել ոչնչացնելու համար այն սովորութիւնը կամ յատկութիւնները, որոնք չենք փափաքում ունենալ: Ինչ որ մենք կը մտածենք ենթագիտութեան մասին, նա կընդունէ և աւելի կը զարգացնէ այդ յատկութիւնները, հետևաբար, եթէ մենք մտածենք մեր վրիպումների, որակասութիւնների, վատ սովորութիւնների մասին, ենթագիտակցութիւնը կընդունի նրանց և կը առայ նրանց նոր կեանք, քան թէ նրանք ունէին առաջ: Եթէ կայ մի որևէ բան մեր բնութեան մէջ, որ մենք ցանկանում ենք փոխել, մենք պէտք է պարզապէս սկսենք կառուցանել, ինչ որ մենք ուզում ենք և պիտի մոռանանք կատարելապէս ինչ որ ուզում ենք արտաքսել, ջնջել: Երբոր լաւը զարգացաւ, վատը կաներևութանայ:

Երբևէ ենթագիտակցական միտքը գրգռած է, մտաւոր ոյժը և գործելու տարածութիւնը անփոփոխելի կերպով աճում է, երբեմն այն աստիճան, որ անհատը թւում է թէ տէր է գերմարդկային զօրութեան: Որևէ մարդ, որևէ հանգամանքների ներքոյ կարող է այնպէս աճեցնել իր մտքի ոյժը, և իր խորհուրդները և իր կամքը, որ նա իրապէս տարուած է, այս միևնոյն սարսափելի զօրութեան հետ, այսինքն նրա մէջ գտնուած զօրութիւնը, դառնում է այնքան զօրաւոր, որ նա իրապէս մղում է իր մտքում ունեցած նպատակակէտի մէջ, առանց նկատելու հանգամանքներն ու դրութիւնները կամ արգելքները: Այս ճշմարտութեան ծանօթանալուց յետոյ, մեզ կը մնայ ամբողջութեամբ գրգռել ենթագիտակցութիւնը, տարբերութիւն չանէր, ինչ է որ մենք պիտի անենք: Ոչ մի օրը կատարեալ չէ, մինչև որ մենք սկսենք այդ օրը մեզ կենդանացնենք ամեն բանով, որ մենք տէր ենք մեր ամբողջ մաքում, գիտակցական և ենթագիտակցական:

Երբևէ դուք ունէք մի մասնաւոր գործ կատարելու մօտ ապագայում, ուղղեցէք ենթագիտակցութեան աճեցնելու ձեր կարողութիւնը և մեծութիւնը այդ մանրամասնուած ժամանակին, և լիովին ակնկալեցէք փափաքուած աճումը ձեռք բերելու համար: Եթէ ուզում էք նոր իդէաներ որոշ առարկաների մասին, կամ մի նոր պլան ձեր գործի մէջ, ուղղեցէք ձեր ենթագիտակցութեանը առաջ բերել նրանց, և դուք պիտի ստանաք նրանց, առանց վրիպելու: Այն բոլորին, որ ուղղութիւն է տրւում, ենթագիտակցութիւնը պիտի գնայ գործելու այդ գծի երկարութեանը — և այստեղ մենք պիտի յիշենք, որ թէև մենք կարող ենք վրիպել այն փափաքուած իդէան, գիտակցական մտքի միջոցով, շատ բնական է, որ մենք պէտք է ստանանք այն, երբոր մենք նաև կը կպչենք ենթագիտակցութեան:

Երբոր ձեր պահանջները կարևոր են, ենթագիտակցութիւնը կը պատասխանէ համարեայ իսկոյն,

մասնաւորապէս երբոր ձեր դգախնութիւնը շատ խորն է այն ժամանակ: Երբոր դուք կը կարօտիք որոշ արդիւնքներ, ասացէք դուք պէտք է, որ ունենաք նրանց, և դրէք ձեր բոլոր կեանքը և էնէրգիան պէտք-ի մէջը: Երբևէ դուք պատրաստեցիք ձեր միտքը, որ դուք պէտք ունէք, դուք, որևէ ձևով, միշտ պիտի ստանաք գործելու ոյժ:

Ինչ որ դուք ստիպուած էք անելու և պէտք է անէք, ենթագիտակցութիւնը անփոփոխելի կերպով պիտի տայ ոյժ անելու: Սորա պատճառը գտնուում է այն իրողութեան մէջ, որ երբոր դուք զգում էք, որ դուք պէտք է անէք մի բան, և որ դուք պէտք էր անէիք այն, ձեր փափաքները այնքան զօրաւոր են և այնքան խորը, որ նրանք գտում են ենթագիտակցութեան շատ խորութեան մէջ և այդպէս կանչում է գործունէութեան այդ տարածուած ներքին թագաւորութեան լեցուն ոյժը:

Եթէ դուք ունէք մի մեծ ամբիցիա, որ դուք ուզում էք իրականացնել, ուղղեցէք ենթագիտակցութեան մի քանի անգամ իւրաքանչիւր օր և իւրաքանչիւր գիշեր նախքան ձեր քնելը, գործելու անհրաժեշտ կերպերը և միջոցները, և եթէ դուք որոշած էք, այս կերպերը և միջոցները պիտի պատրաստուեն: Բայց այստեղ անհրաժեշտ է յիշել, որ մենք պէտք է կենտրոնանանք միայն այն մէկ բանի վրայ, որ մենք ուզում ենք: Եթէ ձեր միտքը ցիր ու ցան է, երբեմն տալիս էք ձեր ուշադրութիւնը մէկ ամբիցիայի և երբեմն մէկ ուրիշին, դուք պիտի խառնէք ենթագիտակցութիւնը, և կերպերը և միջոցները, որ դուք փափաքում էք ունենալ, չը պիտի առաջ գայ: Արէք ձեր ամբիցիան ձեր կեանքի մի կենսական մասը, և ջանացէք զգալ այդ ամբիցիայի զօրութիւնը ձեր գոյութեան իւրաքանչիւր վայրկեանը: Եթէ կանէք այս, ձեր ամբիցիան պիտի իրականանայ: Գուցէ վերցնէ ձեզնից մի տարի, բայց ձեր ամբիցիան պիտի իրականանայ: Սա լինելով ճշմարիտ, ոչ ոք պէտք ունի խանգարուած՝ զգալու ապագայի մասին, որովհետև եթէ նա իրապէս գիտէ ինչ է նա ուզում լրացնել և վարժեցնէ ենթագիտակցութիւնը առաջ բերել իդէաներ, մեթօդներ, անհրաժեշտ կարողութիւն և պահանջուած ընդարձակութիւն, բոլոր սրանք պիտի ձեռք բերւի: Եթէ կայ մի այնպիսի դրութիւն, որից դուք կը փափաքէիք ձեռք բերել ազատութիւն, ուղղեցէք ձեր խորհուրդը ենթագիտակցութեան վրա տալու ձեզ այն տեղեկութիւնները, որոնց միջով դուք կարողանաք դուրս գալ այդ դրութիւնից: Ենթագիտակցութիւնը կարող է: Մի առած կայ, որ ասում է. «Ուր որ կամք կայ, այնտեղ կայ միշտ մի ձամբայ»: Եւ այս շիտակ է, որովհետև երբոր դուք կը կամենաք անելու մի որոշ բան, մտքի ոյժը կը դառնայ այնքան խոր և զօրաւոր, այդ գծի երկարութեան, որ ամբողջ ենթագիտակցական միտքը կը դնէ գործելու այդ դէպքի վրա, և այս տեսակ պարագայի ներքոյ կերպը միշտ պիտի գտնուի: Երբոր դուք դնէք ձեր ամբողջ միտքը, գիտակցական և ենթագիտակցական, գործել որևէ խնդրի համար դուք պիտի գտնէք լուծումը:

Եթէ կայ մի սրևէ տաղանդ, որ դուք ուզում էք մշակել և զարգացնել, ուղղութիւն տուէք:

ենթագիտակցութեան ամեն օր, և այնքան յաճախ կերպով, որքան հնարուոր է. խոշորացնել այդ տաղանդի ներքին կեանքը, և անեցնել նրա պայծառութիւնը և ոյժը: Երբոր դուք որևէ մի նոր բան էք ձեռնարկելու, մի սկսէք մինչև որ դուք չի յանձնէք առաջարկութիւնը ենթագիտակցութեան: Եւ այստեղ մենք գտանք իսկական արժէքը «քուն մտնելու». այդ քունի մէջ մենք կունենանք նոր պլաններ, նախքան մենք վերջնական կը որոշենք: Երբոր մենք գնում ենք քնելու, մենք գնում ենք աւելի ամբողջութեամբ ենթագիտակցութեան մէջ, և այն իդէաները, որ մենք վերցրինք մեզ հետ, երբոր մենք գնացինք քնելու, ամբողջութեամբ պիտի շրջուին: Երբեմն անհրաժեշտ է «քուն ընկնել», մի քանի գիշերներ յաշորդաբար և ենթարկել խնդիրը ենթագիտակցութեան, նոյնը գործադրեցէք արթուն վիճակում ամենայն օր մի քանի անգամներ, ուղիղ պատասխանը վերջապէս կստանաք ամեն անգամ: Ամբողջ միտքը, գիտակցական և ենթագիտակցական, տէր են, ոյժ ունեն լուծելու որևէ հարց, որ կը դայ, կամ հոգ կը տանեն անհրաժեշտ կերպերը և միջոցները, որոնց միջոցով մենք կարող ենք վերջացնել ամեն բան, որ մենք ձեռնարկած ենք:

Գործածել ամբողջ միտքը

Որքան աւելի դուք կը վարժէք ենթագիտակցութիւնը գործելու ձեզ հետ, աւելի հեշտ կը դառնայ որ ենթագիտակցութիւնը պատասխանէ ձեր ուղղութիւններին, հետևաբար ենթագիտակցական միտքը պէտք է հրաւիրել գործունէութեան մէջ: Սովորութիւն դառցրէք գործածելու ամբողջ միտքը, գիտակցական և ենթագիտակցական, բոլոր ժամանակ, ոչ միայն խոշոր խնդիրների համար, բոլոր հարցերում:

Սկսեցէք ճանաչել ենթագիտակցութիւնը բոլոր խորհուրդի և գործունէութեան մէջ: Մտածեցէք, որ նա կարող է անել, ինչ որ դուք ասէք նրան, որ նա կարող է անել և ձեր կասկածը ջնջեցէք բացարձակապէս: Ամեն օր մի քանի վայրկեան յատկացրէք և ներշնչեցէք ենթագիտակցութեան, ինչ էք դուք ուզում կատարել: Անկեղծ եղէք այս հարցում, հաստատուն եղէք, անսահման հաւատ ունեցէք և լիուրի ակընկալեցէք արդիւնքներ: Բայց ուղղութիւն տալիս միշտ խաղաղ եղէք, և խորապէս հաւասարակշիւ, երբոր մտածում էք կամ ներշնչում էք ենթագիտակցութեան. մասնաւորապէս կարևոր է որ դուք խորապէս խաղաղ լինէք, նախ քան ձեր քուն մտնելը:

Մի թոյլ տուէք, որ որևէ իդէա, ներշնչում կամ ակընկալութիւններ մտնեն ենթագիտակցութեան մէջ, ուրիշ բան է, եթէ դուք իրապէս ուզում էք զարգացնել այն: Երբոր արդիւնքներ չէք ստանար, մի կորցնէք ձեր հաւատը: Դուք գիտէք, որ վրիպումի պատճառը, գիտակցական միտքն է, որովհետև նա պատշաճաւորապէս չի դպչել ենթագիտակցութեան իր ժամանակին. այդ դէպքում նորից փորձեցէք,

ձեր խորհուրդներին սուէք աւելի խոր կեանք և աւելի յարատև փափաք:

Այս մեթոդներով ոմանք արդիւնք են ստանում իսկոյն, մինչդեռ ուրիշներ ամիսներ արդիւնք չեն ստանում, բայց դուք արդիւնք կը ստանաք, թէ ոչ, շարունակեցէք տալ ձեր ուղղութիւնները ամեն օր, լիռւի ակնկալելով արդիւնքներ:

Ամեն օր մասնաւոր ուղղութիւն տուէք ենթագիտակցութեան, մտքի, խարակտերի և անձնաւորութեան հաստատուն զարգացման համար: Ենթագիտակցութեան ոյժը անհուն է և նրա ընդարձակութիւնը անտահման է, որքան էլ շատ ուղղութիւններ տաք, նա անխոնջ կը կատարէ: Իւրաքանչիւր ջանք, որ դուք կանէք ուղղութիւն տալու կամ վարժելու ենթագիտակցութիւնը, պիտի բերէ բնական արդիւնքներ, այն պայմանով, որ դուք միշտ լինէք խաղաղ, լաւ հաւասակշիռ, յարատևող, խորապէս հաւասար և ներդաշնակ բոլոր ձեր խորհուրդի և գործունէութեան մէջ:

Ներեցման ոյժը.

Որևէ բան, որ կը բերէ ձեր մտքի մէջ մի խորհուրդ, իդէա կամ զգայնութիւն, մի ներշնչում է. այդ իդէաները կամ զգայնութիւնները միջոց են դառնում ական բանալու նմանօրինակ իդէաների, խորհուրդի կամ զգայնութեան և ոչինչ չը կայ, որ մենք կարողանանք հանդիպել նրա հետ, որևէ տեղ որևէ հանգամանքների ներքոյ, որ նա չի ներշնչէր որևէ բան: Երբոր դուք ունէք որոշ իդէաներ և զգայնութիւններ, և դուք հանդիպէք հանգամանքների, որոնց կը հեռացնեն այդ իդէաները և զգայնութիւնները, ներշնչման ոյժը գործում էր ձեր մտքում: Եթէ ձեր միտքը մի առողջարար դրութիւնումն է և ոչ-առողջարար մի պատկեր հեռացրեց այդ առողջարար դրութիւնը նրա փոխարէնը դնելով մի վատթարացնող բան, ձեր միտքը տեղաւորուած էր ներշնչման ոյժի մէջ: Եթէ դուք զգում էք զուարթ, և մի իդէա, որ տրւած է ձեզի, ձեր միտքը ճնշել, վհատեցրել է, դուք տեղաւորուած էք ներշնչման ձեռքերում: Իրապէս, որևէ բան կը մտնէ ձեր մտքի մէջ մի այնպիսի ձևով, որպէսզի հեռացնէ որոշ նմանօրինակ կամ հակառակ դրութիւններ, արդէն ձեր մտքում նա գործադրում է ներշնչման ոյժը:

Հետևաբար անհրաժեշտ է հասկանալ ինչպէս ոյժը գործում է, այնպէս մենք կարողանանք օգտուել լաւ ներշնչումներից և արգիլել նրանց, որոնք լաւ չեն: Մեծամասնութիւնը ստանում են բոլոր տեսակների ներշնչումներ, ամեն ժամ և օր, և նրանք պատասխանում են մեծ թւով նրանց: Իրապէս, մենք ճշմարտօրէն ասում ենք, որ շատ մարդիկ կառավարւում են գրեթէ բոլոր ժամանակ, ներշնչումներով, որ գալիս է նրանց իրենց միջավայրից:

Այն մտքերը, սակայն, որ հասկանում են խորհուրդի ոյժը և որոնք զիտեն վնասակար և օգտակար

ներշնչումները տարբերութիւնը, կարող է փակել իրենց մտքերը առաջինին և բացել մտքերը
ամբողջութեամբ վերջինին: Եւ օրէնքը այս է, որ երբեք դուք հակառակ ներշնչման ներկայութեանն էք
գտնուում, կենտրոնացրէք ձեր ուշադրութիւնը ամբողջութեամբ և դրականօրէն մի իդէայի կամ մի
մտաւոր դրութեան վրա, որը դուք գիտէք, որ պիտի գործէ, որպէս մի հակառակ ներշնչում: Ուրիշ
խօսքով, երբոր հակառակ ներշնչումներ փորձում են արտադրել ձեր մտքում ինչ որ դուք չէք ուզում,
շարունակեցէք ներշնչելով դուք ձեզ, ինչ որ դուք էք ուզում: Այս վարժութիւնը, եթէ գործադրէք
յաճախ, պիտի շուտով ձեզ այնպէս ուժեղացնէ այս ուղղութեան մէջ, որ դուք անգիտակցօրէն պիտի
լինէք ձեր պահապանը: Իրապէս, հէնց այն ընկալին, որ մի հակառակ ներշնչում է տրուում, ձեր միտքը
պիտի վեր ցատկէ իր սեփական համաձայնութիւնով մի առողջ ներշնչումով պահանջանքին հանդիպելու
համար:

Հակառակ ներշնչումին, այսպէս ասած, զո՞ն չի դառնալու համար և այդ տեսակ ներշնչումներ մենք
ունենք մեր շուրջը բոլոր ժամանակ, — լցրէք ձեր միտքը այնպէս լեցուն լաւ, առողջ խորհուրդներ և
ներշնչումներ, որ տեղ չի մնայ որևէ ուրիշ բաների, բոլոր ժամանակ ուղիղ մտածեցէք, և ոչինչ դրսից
չի կարող փորձել ձեզ սխալ մտածելու: Իւրաքանչիւր լաւ խորհուրդ արէք ենթագիտակցական, և ոչ մի
հակառակ խորհուրդ դրսից կարող է հնարաւորութիւն ունենալ մտնելու ձեր ենթագիտակցական մտքի
մէջ, որևէ ժամանակ:

Շատ ներշնչումներ կան, որ արդիւնքներ չեն առաջ բերում, մի իրողութիւն, որը պէտք է
կատարելապէս հասկացուի, որովհետև իւրաքանչիւր խորհուրդ, որ մենք կը մտածենք, պարունակում է
իր մէջ մի քիչ ներշնչում: Երբոր մենք կը ջանանք տպաւորել լաւ խորհուրդներ մեր մտքերի վրա,
մենք ուզում ենք լաւ ներշնչումներ փոխադրենք բարի խորհուրդներով, որ ազդեն, բայց յաճախ
նրանք չեն ազդում, և դրա պատճառն է՝ մի ներշնչում կազդէ միայն երբոր մենք կը գործադրենք այն
ոյժը, որ ներշնչման ետևն է: Իրսի ներշնչումը ինքնին մի միջոց է, այսպէս ասած, որի միջոցով մի
ուրիշ ոյժ է, որ գործում է, և այդ ոյժը ոչինչ աւել ոչ էլ պակաս է, քան թէ իրական կեանքը այդ
իդէային, որը ներշնչումը մտադրում է փոխադրել, հաղորդել:

Այս հարցը աւելի պարզելու համար, մենք պիտի ենթադրենք որ դուք ներշնչում էք դուք ձեզի,
թէ դուք լաւ էք: Ներշնչումն ինքնին, պարզապէս, մի միջոց է պարունակելով առողջութեան իդէան,
բայց եթէ ձեր մտքում չի դաշում ապրող զօրութիւնն այն առողջութեան իդէայի հետ, իր ժամանակին,
որ դուք տալիս էք ներշնչումները, դուք չէք մարզում այն ոյժը, որ գտնուում է ներշնչումի ետևը, և
առողջութեան գաղափարը չի պիտի փոխադրուի ձեր ենթագիտակցական մտքի մէջ: Միւս կողմից,
եթէ դուք կարողանաք իրապէս զգալ առողջութեան այս իդէան, երբոր տալիս էք ներշնչումները, դուք
մտաւոր հպումի մէջ էք այն ոյժի հետ, որը այդ ներշնչումի ետևն է, և երբեք դուք կը դաշէք այն

ոյժին, որ ներշնչումի յետևն է, դուք գործածեցէք ոյժը և արդիւնքը պիտի ստանաք: Աւելի բացատրելու համար, ասեմք որ դուք-գործում էք այն ոյժը, որ ներշնչումի ետևն է. երբևէ դուք մտաւորապէս կը զգաք այն գաղափարը, որ ներշնչումը փոխեց, և երբևէ դուք կը զգաք այդ իղէան, դուք պատասխանում էք ներշնչումին, բայց երբ դուք չի զգաք այն, դուք չէք պատասխանում:

Երբոր դուք մտածէք առողջութիւն, դուք պիտի արտադրէք առողջութիւն ձեր սիւստեմում, եթէ դուք կը զգաք առողջութեան կեանքը այդ ժամանակ: Երբոր դուք կը մտածէք ներդաշնակութիւն, դուք պիտի առաջ բերէք ներդաշնակութիւն ձեր սիւստեմի մէջ. եթէ ձեր միտքը իրապէս կը ստանայ ներդաշնակութեան զգայնութեան մէջ ժամանակին: Երբոր դուք ինքնեքդ ձեզ կը դնէք երջանկութեան մտաւոր աշխարհում, երբոր դուք մտածում էք երջանկութիւն, դուք պիտի գործնականապէս արտադրէք երջանկութիւն ձեր մաքում, որովհետև դուք գործածում էք այն ոյժը, որը խորհուրդի ետևն է, որը ներշնչում է երջանկութիւն:

Երկու մարդիկ դուցէ ներկայացնեն միևնոյն առաջարկութիւնը, միևնոյն հանգամանքների ներքոյ բայց դուք պիտի ստանաք առաջարկութիւնը միայն մէկից, մինչդեռ կանգիտանաք միւսի առարկութիւնները ամբողջութեամբ պատճառն այն է, մէկը խօսում է իր առաջարկութեան նկատմամբ, մինչդեռ միւսը խօսում է իր առաջարկութեան միջոցով: Նրանցից մէկի միտքը գործում է իր վիճաբանութեան և իր ներշնչումների դրսի կողմի վրան, մինչդեռ միւս միտքը գործում է իրական ներքին կեանքի այս վիճաբանութիւնների և ներշնչումների, հետևաբար մէկը միայն ներշնչում է գործածում, մինչդեռ միւսը նաև գործածում է այն ոյժը, որ ներշնչման ետևն է: Եւ նա ոյժն է ներշնչումի ետևը, որ արտադրում է արդիւնքներ ամեն ժամանակ:

Միևնոյն իղէան լուսաբանում է, երբոր մի անձնաւորութիւն մի որոշ նիւթի մասին խօսելիս: Եթէ նրա նկարագրութիւնը կապ ունի պարզապէս կճեպի հետ, այսպէս ասած, այդ նիւթի, նա չի գրաւում ուշադրութիւն, բայց այն ըստէին նա կդպչի այդ նիւթի ներքին կեանքին, մարդ հետաքրքրում է: Պատճառն այն է, որ նա դպաւ այն զօրութեան, իր նիւթի ետևին: Բայց մենք բոլորս էլ խօսում ենք միորևէ բանի մասին, մեծ մասը ժամանակի մասին, խնդիր չէ թէ մենք ինչ ենք անում, մենք յաճախ գտնում ենք անհրաժեշտութիւն ներկայացնելու իղէաներ կամ ներշնչումներ: Հետևաբար, եթէ մենք կը կարողանանք գործածել ոյժը որ մեր իղէաների յետևը կան կամ ներշնչումների յետևը այդպիսի ժամանակներ, մենք պիտի ստանանք լսողներ, բայց եթէ չը կարողանանք, մենք զուցէ գրաւենք մի քիչ կամ ոչ մի ուշադրութիւն:

Մենք այսպէս տեսնում ենք գիտենալու արժէքը, թէ ինչպէս գործածել ներշնչումի ետևի զօրութիւնը և մենք կարող ենք սովորել գործածելու այս ոյժը վարժեցնելով մենք մեզ մտնել իւրաքանչիւր իղէայի կեանքի մէջ և իւրաքանչիւր խորհուրդ, որ դուցէ մենք փորձենք մտածել կամ

տեղափոխել: Զանացէք կեանք տալ ձեր իղէաներին և խորհուրդներին, և դուք պիտի սկսէք արտայայտել այս ներքին ոյժը, և դուք պիտի յաջողիք ձեր իղէաները կենդանացնելու՝ որքան դուք Զանաք հանապազօրէն զգալ իրական կեանքը և իրական ճշմարտութիւնը, որ պարունակում են այս իղէաների մէջ:

Կենսօրնացումն

Մենք երբէք չենք կարող ակնկալել որևէ բան ձեռք բերել, մինչև որ մենք հաստատուն կերպով չը կենտրոնացնենք մեր մտքերը այն բանի վրա, որ մենք փափաքում ենք ունենալ կամ ձեռք բերել: Մենք մեր փափաքած իղէայի մտաւոր պատկերը պիտի ունենանք մեր մտքում և սկսենք փափաքիլ շատ խոր մտքով և այս անելով մենք պիտի կենտրոնացնենք մեր ուշադրութիւնը և կամքը այն իղէայի վրա, մինչև որ կը հասնենք մեր իղէային կամ նպատակին: Մենք պէտք է սովորենք կենտրոնացնել մեր գօրութիւնները և կամքը փափաքուած առարկայի, կամ իղէայի վրա, այնպէս մի գօրաւոր կենդրոնացումով, ինչպէս արևի — ապակին կենդրոնացնում է արևի ճառագայթները: Մենք պէտք է սովորենք կենտրոնացնել մեր էնէրգիաները այն բանի վրա, որ մենք ուզում ենք կամ կարիք ունենք: Եւ ապա այդ կենդրոնացումը հաստատուն կերպով գործադրել օրէցօր, միշտ գործադրելով նրա հետ փափաքի և կամքի կարողութիւնները:

Դուք չէք կարող զարգացնել կենդրոնացման կարողութիւնը յառելով ձեր խորհուրդը կամ ուշադրութիւնը մի արտաքին առարկայի վրա: Իրական կենդրոնացումը ենթակայական է, և ենթակայական խորհուրդը խորին է, այսինքն նա կը տեղափոխուի երեսից դէպի խորը կամ մտքի ներքին թագաւորութեանց մէջ: Երբոր դուք կը կենդրոնացնէք ձեր ուշադրութիւնը մի արտաքին առարկայի վրա, ինչպէս մի բիծի՝ պատի վրա, ձեր խորհուրդը դուրս կը գնայ դէպի երեսը, այնպէս որ դուք իրապէս կենդրոնացումից հեռու էք գնում, փոխանակ նրան առաջ բերելու: Որևէ մեթօդ, որևէ մտածելու կերպ, որ կը միտի քաշելու միտքը դուրս դէպի երեսը, պիտի առաջ բերէ մի մակերևոյթական դրութիւն, որի միջոցով խորին մտաւոր գործունէութիւն հնարաւոր չէ: Սորին մտաւոր գործունէութիւնը բացարձակապէս անհրաժեշտ է կենդրոնացման համար: Բանի պէտք չըզար փորձել կենդրոնացնել, քանի որ մտքի գործունէութիւնը խոր չէ: Ուրիշ խօսքով, միտքը պէտք է գնայ պսիխօլոգիական դաշտի մէջ: Միտքը պէտք է գործէ ոչ թէ երեսից, այլ խորին և ներքին կեանքի, իրա խորհուրդի պրօցեսսի միջոցով:

Կենդրոնացումը զարգացնելու համար մենք ունենք երկու պարզ մեթօդներ և հարկաւոր է գործադրել այս մեթօդները:

Առաջին մեթօդն է, վարժեցնել միտքը գործելու ենթակայական կամ պսիխօլոգիական դաշտում:

Ուրիշ խօսքով, վարժեցրէք բոլոր մտածելը, բոլոր զգայնութիւնը և կամքի, խորհուրդի, բոլոր գործունէութիւնները և փափաքեցէք դառնալ աւելի խորը և աւելի նուրբ, որքան որ հնարաւոր է: Երբևէ դուք կը կենդրոնանաք և կը դառցնէք ձեր ուշադրութիւնը որևէ բանի վրա, ջանացէք զգալ խորապէս, ջանացէք մտածել խորապէս և ջանացէք դառցնել խորհուրդը աւելի խոր զգայնութեան մէջ, ամեն անգամ: Այն բոլորին, որ ձեր մտաւոր գործունէութիւնը սկսում է խորանալ, դուք պիտի գտնէք, որ ձեր ուշադրութիւնը ուղղուած է այն առարկայի վրա, որ ունէք մտքում կատարեալ դիւրութեամբ և լեցուն զօրութիւնով: Երբևէ դուք կենդրոնանում էք, խորացրէք ձեր խորհուրդը, և որքան աւելի խոր է ձեր խորհուրդը, նա կը դառնայ աւելի կատարեալ, պիտի լինի ձեր մտքի և խորհրդի ամբողջ դրութիւնը, պիտի կենտրոնանայ, կենդրոնացման նպատակն եղող կէտի վրա:

Երկրորդ մեթօդն է հետաքրքիր դառնալ այն բանին, որի վրա փափաքում էք կենդրոնանալ: Եթէ դուք հետաքրքրուած չէք այդ առարկայով, սկսէք անմիջապէս նայել նրա վրա, որպէս մի ամենահետաքրքիր ցուցադրուած մի բանի: Եթէ դուք երբէք չէք փորձած այն, դուք պիտի հաճելի կերպով զարմանաք գտնելու. նշանակութիւն չունի, թէ որքան անհետաքրքիր մի առարկայ է բայց հէնց այն բոլորին, որ դուք կը սկսէք նայել նրա վրա, որպէս ամենից աւելի հետաքրքիր մի առարկայի, դուք պիտի դառնաք հետաքրքրուած առարկայի մասին անմիջապէս: Եւ մի լաւ ճանաչուած իրողութիւն է, որ երբևէ մենք ամբողջութեամբ հետաքրքրուած ենք մի առարկայի նկատմամբ, մենք կը կենտրոնանանք կատարեալ կերպով և բնականօրէն, այդ առարկայի վրա:

Կենդրոնացումը կատարեալ անելու համար, մենք կարող ենք դառցնել մտքի և խորհուրդի բոլոր զօրութիւնները որևէ մի առարկայի վրա, որ մենք փափաքում ենք, այս երկու մեթօդները պէտք է միացնել: Միշտ փնտռեցէք ամենահետաքրքիր տեսակէտը՝ և մինչդեռ դուք փնտռում էք այս տեսակէտները, խորացրէք ձեր մտքի գործունէութիւնը ջանալով զգալ իրականը, կենսական կեանքը, այդ գործունէութիւններին: Դրանով կը դառնաք հետաքրքրուած ձեր առարկային մի կողմից և ձեր մտքի իւրաքանչիւր գործունէութիւն կանէք ենթակայական միւս կողմից, և երբ կատարեալ հետաքրքրութիւնը միացած է ենթակայական մտաւոր գործունէութեան հետ, դուք ունէք կատարեալ կենտրոնացումն:

Այս երկու մեթօդների յարատև գործածութիւնը պիտի զարգացնէ կենդրոնացնելու ոյժը այն չափով, որ դուք կը կարողանաք կենդրոնանալ ամբողջութեամբ, երբոր ուզում էք, և որևէ երկար ժամանակով:

Ժամանակակից հոգեբանները համաձայն են, որ կայ բաւական զօրութիւն որևէ մի մարդու մէջ, հասնելու կամ լրացնելու ինչ որ ունի նա աչքի առաջ, պայմանով որ բոլորն էլ կառուցանող կերպով գործադրուի այդ մէկ ուղղութիւնում: Եւ երբ մի մարդ կարող է կենդրոնանալ կատարելապէս, նա

կարող է գործածել բոլոր իր ոյժերը, երբևէ որ նա կընտրէ գործել: Ապա եթէ նա միացնէ գիտական մտածելը, շինիչ կամ կառուցանող մտաւոր գործունէութիւնով, կենդրոնացման հետ, ոչ մի բան կարող է արգելել նրան իր ամենաբարձր ամբիցիայի իրականացման:

Յարատեւ փափաքի ոյժը.

Մենք միշտ կը ստանանք ինչ որ մենք ցանկանանք, եթէ միայն մենք կը ցանկանանք բաւական ուժեղ:

Փափաքի նպատակն է, տեղեկացնել մարդուն թէ ինչի նա կը կարօտի իւրաքանչիւր մասնաւոր ըսպէ մատակարարելու փոփոխութեան պահանջները և աճումը իր կեանքում, և քաջալերելով այդ նպատակը, փափաքը կը տայ արտայայտութիւն իր երկու գլխաւոր ֆունկցիաներին: Սրանցից առաջինն տալ մարդկային սիստէմի գորութիւններին մի որոշ բան կատարելու, և երկրորդը արթնցնելն է այն գորութիւնների և կարողութիւնների, որոնք ունեն բնական ոյժ անելու, ինչ որ պիտի անել:

Փափաքը ոչ միայն կը քաջալերէ գործունէութեան կենդրոնացում մարդու գորութիւնների մէջ, նաև պատճառ է դառնում այս գորութիւններին գործելու այն բանի համար, որը ուղղում է: Հետևաբար, հասկանալի է, թէ ինչու ցանկութիւնը, եթէ գորաւոր, դրական որոշ և շարունակական է, միտում պիտի ունենայ արտադրելու այն բանը, որ ցանկացած ենք: Եթէ դուք պատճառ դառնաք ձեր էութեան բոլոր էլէմենտները և ոյժերը գործել տալ մէկ բանի համար, որ դուք ուզում էք, դուք պիտի ստանաք: Ի հարկէ, չէք ստանալ, երբ որ շատ խոշոր բանի էք փափաքում, կամ ձեր ներկայ ոյժի կարողութիւնից վեր է արտադրելը:

Եթէ դուք որոշեցիք ձեր փափաքի առարկան, ուրեմն դուք պէտք է սովորէք յարատեւել: Եթէ դուք կը յարատեւէք, դուք պիտի վարժեցնէք ձեր միտքը և սովորութիւն դառննէք կպչելու այն բանին, որ փափաքն է: Եթէ փափաքում էք, որ ձեր ներկայ գործը աւելի յաջողութիւն ունենայ, պահեցէք ձեր ուշադրութիւնը հաստատօրէն նրա վրան, կենդրոնացմամբ: Այս կենդրոնացմամբ դուք աւելի էք դառնալու արթնցնելու յարատեւութեան փափաքը:

Կամքի ոյժը.

Մարդկային սիստէմի մէջ գոյութիւն ունեցող ոչ մի գորութիւն կարելի կը լինի պատշաճօրէն գործածել, մինչև որ պատշաճօրէն ուղղութիւն կը տրուի: Եւ որովհետև կամքը, մարդու մէջ, միակ միջնորդն է, որը գորութիւն ունի ուղղութիւն տալու կամ կօնտրօլ անելու, կամքի ամբողջ

զարգացումը, նոյնպէս մի յստակ հասկացողութիւն նորա գործադրութեան մասին ամեն հանգամանքներէ ներքոյ, դառնում է բացարձակապէս անհրաժեշտ: Կամքը սահմանել բացարձակ ճշտութեամբ, հազիւ թէ հնարաւոր է մի յստակ ծանօթութիւն, թէպէտև, նրա ընդհանուր բնութիւնը և մասնաւոր ֆունկցիաները պէտք է ստանանք:

«Նս եմ»-ը, ինչպէս տեսանք, կառավարող սկզբունքն է մարդու մէջ, և կարելի է աւելացնել այստեղ, թէ երբոր «Նս եմ»-ը գործադրում է կառավարչութեան ֆունկցիան որևէ մի տեղ մարդկային սիստէմի մէջ, կամքի ոյժի հետևանքն է կամ կարելի է ասել, թէ կամքը «Նս եմ»-ի վերաբերումն է, որ գործածուում է երբևէ. կայ մի որոշ մտադրութիւն, առաջ եկած գործնական գործունէութիւնից, սկզբնապատճառի: Կամքի ոյժը հետևանք է «Նս եմ»-ին, թէ վերցնելով որպէս սկզբնապատճառ գործունէութիւն կամ կառավարելու և ուղղութիւն տալու որևէ գործունէութեան, իր ընդունելուց յետոյ:

Կամքի ֆունկցիաների նկատմամբ, կան ոմանք, որոնց կարելի է անուանել ընդհանուր, մինչդեռ միւսները կարելի է անուանել մասնաւոր: Ընդհանուր ֆունկցիաները դնում են գործունէութեան մէջ որևէ մարդկային գորութիւն, այսինքն, սկզբնապատճառել գործունէութեան և ուղղութիւն տալ կամ կառավարել զանազան գորութիւններ և կամաւոր գործունէութիւններ մտքում:

Կամքի մասնաւոր ֆունկցիաները համառօտ կերպով հետևեալն է.— Կամքը՝ մտածելու, կամքը՝ երևակայելու, կամքը՝ փափաքելու, կամքը՝ գործելու, կամքը՝ հնարող իդէաներ, կամքը՝ տալու արտայայտութիւն այդ իդէաներին, կամքը կամենալու որևէ նպատակի գործունէութիւնում—կամքը առաջ տանելու այդ նպատակների միջով ու կամքը գործելու ամենաբարձր և ամենակատարեալ գործունէութիւն որևէ գորութեան կարողութիւններ որ կան մտքում, և կամքը պիտի մղէ, այսպէս ասած, որևէ տաղանդի մտքում, իր ամենաբարձր կարողութեան ծայրին: Այս վերջին յիշուած ֆունկցիան անձանօթ էր մնացած, բայց նա շատ կարևոր է գործնական կեանքում ստանալու, ձեռք բերելու:

Այս իդէան լուսաբանելու համար, մենք պիտի ենթադրենք, որ դուք ունէք մի խումբ կարողութիւններ, որոնցից իւրաքանչիւրը լաւ զարգացած է, և պարունակում են մեծ քանակութեամբ կարողութիւն, գորութիւն և մինչև իսկ հանճար: Բայց ինչպէս պիտի պատճառ դառնաք այս կարողութիւններին գործելու: Իրողութիւնն այն է, որ նրանք չեն գործելու, ամենաքիչ չափով իսկ, մինչև որ կամքը կը կամենայ նրանց դնել գործունէութեան մէջ: Կամքը հետևաբար պէտք է գործադրել առաջինը, բայց գործունէութեան սկզբնապատճառը այս կարողութիւնների մէջտեղ միակը չէ նրա ֆունկցիան: Դարձեալ լուսաբանելու համար մենք պիտի ենթադրենք, որ ձեր կամքը շատ թոյլ է: Ուրեմն տրամաբանութեան կը դիմանայ, որ կարողութիւնների տուած օրիգինալ իմպուլզը, նաև թոյլ պիտի լինեն և այնատեն երբոր մենք կը հասկանանք, որ անհրաժեշտ է կամքի համար շարունակել

խրախուսել կամ մղել շարունական գործունէութիւնը որևէ կարողութեան, մենք իրազէկ ենք թէ ինչպէս թոյլ, կէս սրտով և սահման դրած այդ գործունէութիւնը անհրաժեշտօրէն պիտի լինի, երբոր կամքը թոյլ է: Միւս կողմից, եթէ ձեր կամքը շատ զօրաւոր է, օրիգինալ իմպուլզը տրուած կարողութեան, պիտի զօրաւոր լինի համեմատութեամբ և այդ կարողութեան շարունակական գործունէութիւնը պիտի լինի աւելի շատ զօրաւոր, աւելի խոշոր և աւելի ազդու, կարճ խօսքով, երբոր մի կարողութիւն կոնակ ունի, այսպէս ասած, մի զօրաւոր կամքով, հեշտութեամբ կը կրկնապատկուի նրա կարողութիւնը և ազդուութիւնները: Ուրիշ բառերով, նա մղուած է գործունէութեան մի բարձրագոյն դրութեան մէջ: Մենք հասկանում ենք ուրեմն, մի զօրաւոր կամք ունենալու մեծ կարևորութիւնը:

Մի զօրաւոր կամք, թէպէտև, երբէք մի իշխող կամ մի զօրութիւնով լեցուն կամք չէ: Իրողութիւնն այն է, որ այդ տեսակ կամքը թոյլ է: Գուցէ առերևոյթապէս զօրաւոր է վայրկեանական զրգուման տակ, բայց չի կարելի նրան գործադրել հաստատուն կերպով երկար ժամանակով: Մի ուժեղ կամք, միշտ խոր է, միշտ շարունակական և յարատևական: Նա կոչում է գործունէութեան մէջ ձեր ամբողջ անհատականութիւնը, և երբ դուք գործադրէք այս տեսակ կամք, դուք կըզգաք, որպէս մի սարսափելի ոյժ ձեր մէջ, որ խաղաղ կերպով թէև յարատևելով է արթնցած:

Կառուցէ մի գօրաւոր կամք.

Կամքը զարգացնել և նրան գործածել սովորելիս, իրազէկ եղէք, թէ կամքը ինչի համար է: Յատակ կերպով հաստատէք ձեր մտքում, թէ իրապէս ինչ են նրա ֆունգցիանները, և ապա գործածեցէք այն բոլոր այդ ֆունգցիաների մէջ: Զգուշացէք որևէ բանից և ամեն բանից, որ կը նպաստէ կամքը թուլացնելու, և գործադրեցէք ամեն ծանօթ մեթօդ, որ կարող է ուժեղացնել կամքը: Ներս մի թողնէք որևէ զգայնութիւն կամ փափաք, մինչև դուք յաջողիք ուղղութիւն տալով իմանալ, թէ այս զգայնութիւնը կամ փափաքը, ինչպէս էք դուք սիրում: Զգացէք միայն այն ձևով, որ դուք ուղում էք զգալ, և ապա զգացէք բոլոր զգայնութիւնով, որ կայ ձեր մէջ: Ինչ որ էլ գայ ձեր սխտէմի մէջ, պահեցէք նրան ձեր բոլոր կամքով և ուղղեցէք նրան այնպէս, ինչպէս արտադրել մինչև իսկ աւելի մեծ արդիւնքներ, քան թէ առաջին անգամ ցոյց էր տուել: Գործածեցէք կամքը գիտակցօրէն այնքան յաճախօրէն, որքան հնարաւոր է մղելու ձեր կարողութիւնները ամենաբարձր ազդուութեան, կարողութեան, այսինքն, երբոր դուք գործածում էք այն կարողութիւնները, որ դուք գործադրում էք ձեր գործի մէջ, ջանացէք կամենալ նրանց աւելի լեցուն և աւելի մեծ գործունէութիւնների մէջ: Այս մի շատ արժէքաւոր վարժութիւն է, և եթէ կատարէք ամենայն օր, բաւական ժամանակից յետոյ, ոչ

միայն կաճի այս կարողութիւնների ընդարձակութիւնը և կարողութիւնը, այլ նաև պիտի աճի որոշապէս կամքի ոյժը:

Երբևէ դուք կը կամենաք անել որևէ բան, կամեցէք այն, բոլոր ձեր մէջ եղած զօրութիւններով: Միայն այս վարժութիւնը եթէ կը կատարուի, կամքի ոյժը պիտի կրկնապատկուի մի ամսում: Վստահեցէք այն ոյժին, որը ձեր մէջ է, ամեն բանի համար, և որոշեցէք ձեռք բերել ձեր փափաքած արդիւնքները այդ ոյժի ամենախոշոր արտայայտութեան միջով: Երբէք մի զիջանիք ոչ մի բանի, որ դուք չէք ուզում: Երբոր մի որոշ փափաք կը գայ, որ դուք չէք ուզեալը հիւրասիրել, դառցրէք ձեր ուշադրութիւնը անմիջապէս մի նպաստաւոր փափաքի վրայ, և տուէք բոլոր ձեր կամքի ոյժը այդ նոր փափաքին: Սա շատ կարևոր է, որովհետև մի սովորական մարդ, սպառում է իր էներգիայի կէսից աւելին հիւրասիրելով փափաքներ, որոնք արժէք չունին, և որոնց նա չի որոշում դուրս նետել: Երբևէ որևէ զգայնութիւն կը գայ սիստէմի մէջ, հարցրէք դուք թէ դուք ուզում էք այդ: Եթէ չէք ուզում, դառցրէք ձեր ուշադրութիւնը մի ուրիշ ուղղութեան, բայց եթէ դուք ուզում էք, բռնեցէք նրան ձեր կամքով և ուղղութիւն տուէք նրան դէպի աւելի բարձր արտայայտութիւններ, որ կարող էք մտածել այդ ժամանակ: Իւրաքանչիւր գործունէութիւն, որ մտնում է սիստէմի մէջ, թէ նա եկած է խորհուրդի, զգայնութեան, փափաքի կամ երևակայութեան միջոցով, պէտք է վերստին ուղղութիւն տրուած լինի կամքի ոյժով, և դառցուած աւելի բարձր և աւելի մեծ գործունէութիւնների մէջ:

Երբևէ դուք կը մտածէք, վարժեցրէք ձեզ, մտածել ձեր ամբողջ մտքով, ուրիշ խօսքով, ձեր մտածելը կատարել ամբողջ սրտով, փոխանակ կէս սրտով: Երբևէ դուք կը գործէք, գործեցէք ձեր մէջ դանուած բոլոր ոյժով: Կատարեցէք իւրաքանչիւր գործունէութիւն հաստատուն, զօրաւոր, դրական և մտադրուած: Դրէք ձեր ամբողջ հոգին ամեն բանի մէջ, որ դուք ասում, մտածում կամ անում էք: Այս կերպով, դուք դառնում էք կամքի լեցուն հոսանքը, և երբևէ կամքը գործածուած է իր ամբողջ լեցուն մեծութեամբ, նա պիտի աճի և զարգանայ:

Չանացէք խորացնել մտքի և խորհուրդի իւրաքանչիւր գործունէութիւնը, այսինքն մի մտածէք մակերևոյթօրէն, այլ մտածեցէք ենթագիտակցօրէն: Երբոր ձեր կամքը խորապէս արմատացած է ձեր մտքի ենթագիտակցութիւնում, ոչինչ չի կարող խտտրեցնել ձեր մտադրութիւնները:

Որքան դուք դիւրաւ կը վրդովուէք, այնքան աւելի թոյլ է ձեր կամքը, մինչդեռ երբ ձեր կամքը զօրաւոր է, աւելի դժուար է, որ որևէ բան կարողանայ խանգարէ ձեր միտքը:

Երբևէ դուք կը գործադրէք կամքը, Չանացէք սկսել այդ կամքի գործունէութիւնը, այնքան խոր կերպով ձեր զգայնութեան աշխարհում, որքան հնարաւոր է ձեզ. այսինքն մի սկսէք կամքը մակերևոյթօրէն, այլ սկսէք այն ձեր սեպհական գերագոյն անհատականութեան խորութիւնում: Չանացէք զգալ, որ «ես եմ»-ն է, այդ մարդում է կամքի ոյժը:

Կամքի թուլութեան ազդեցութիւնները բազմաթիւ են, բայց կան երկուսը, որոնք պէտք է ստանան ուշադրութիւն: Առաջինն այն է, որ երբ կամքը թոյլ է մարդկային սխտէմը դառնում է անկարող դիմադրելու փորձութիւններին, հետևաբար բարոյական տկարութիւն կամ մի կատարեալ բարոյական անկում անխուսափելի է: Ուրիշ խօսքով խարակտերը, լայն մտքով վերցրած, անկարելի է առանց մի զօրաւորի կամքի, և անկարելի է որևէ բան կատարելագործել որ մշտնջենական արժէք ունենար, առանց խարակտերի:

Հ Ա Լ Ա Տ.

Մենք պէտք է յիշենք, եթէ մենք ցանկանում ենք գործածել այս զօրութիւնը, որ հաւատ չի սահմանում հաւատալ կամ որևէ հաւատալիքի սխտէմ. նա մի մտաւոր գործունէութիւն է—մի գործունէութիւն, որը գնում է այն բաների, իսկական ոգիի մէջ, այսինքն այն բաների, որոնց մասին մենք մտածում ենք կամ գործադրում այն ժամանակ, երբ մենք մարգանքի ենք դրած հաւատը: Երբոր դուք հաւատ ունէք ինքներդ ձեր մէջ, դուք դնում էք գործունէութեան մի զօրութիւն, որ գնում է ձեր էութեան իրական խորութեան մէջ և նպաստում արթնցնելու բոլոր ամենամեծ ոյժերը և ամենանուրբ էլէմէնտները, որ դուք կարենաք տէր դառնալ: Միևնոյնը ճշմարիտ է, երբոր դուք հաւատ ունէք մի որոշ կարողութեան մէջ կամ մի որոշ գործունէութեան շարքի: Հաւատի ոյժը կը գնայ այդ բաների ոգու մէջ և կը կենդանացնէ, այսպէս ասած, այն բոլորը որ ձեր մէջն է:

Հաւատի ոյժը նաև կարտադրէ կատարեալ կենտրոնացումն: Երբևէ դուք հաւատ ունէք, որ որոշ շարքի երկայնութեանը, դուք կենտրոնացէք կատարեալ կերպով այդ շարքի երկարութեանը, և դուք պատճառ կը դառնաք բոլոր ոյժին, որ կայ ձեր մտքի մէջ կամ սխտէմում գործելու մէկ բանի համար, որ դուք փորձում էք անել: Արդէն զանուած է, որ էնէրգիի քանակը թագնուած մարդկային սխտէմում պարզապէս վիթխարի է, և որովհետև հաւատը նպաստում է արթնցնելու բոլոր այս էնէրգիան, մենք իրագէկ ենք լինում, թէ որքան կարևոր է և որքան զօրաւոր է հաւատը:

Հաւատի ազդեցութիւնը ձեզ վրայ, հետևաբար նպաստաւոր է ամենաբարձր և ամենախոշոր ըմբռնումով, բայց այս չէ միայն նրա ազդեցութիւնը: Որքան աւելի հաւատ դուք ունէք ձեր մէջ, այնքան աւելի հաւատ պիտի ունենան մարդիկ ձեզ վրա: Եթէ դուք ձեզ վրա վստահութիւն չունէք, դուք երբէք չէք կարող ներշնչել վստահութիւն ոչ մէկի մէջ, բայց եթէ ամբողջութեամբ դուք հաւատում էք դուք ձեզ, մարդիկ պիտի հաւատան ձեզ և ձեր գործին. և երբոր մարդիկ կը հաւատան ձեզ, դուք կարող էք հասնել տասն անգամ աւելի շուտ, քան թէ նրանք վստահութիւն չունենան ձեզ վրա:

Երբոր մի մարդ ունի սոսկալի հաւատ իր վրա, այս տեսակ մարդը, որ կը դառնայ մի իրական և

կենսական ոյժ ուր որ նա կապրի կամ գնա: Այս տեսակ մարդն է, որը առաջնորդում է ցեղին: Այս տեսակ մի մարդ, որը իրապէս գործեր կը կատարէ և այս տեսակ տիպն է որ մարդիկ սիրում են ամենից շատ: Նրանք ամփոփոխելի կերպով ներշնչում են ուրիշներին սիրել ամենաազնիւ կեանքը և ձեռնարկել կեանքում աւելի մեծ բաներ, և այս պատճառով նրանց ներկայութիւնը բացառապէս արժէքաւոր է ցեղի յառաջադիմութեան համար: Մենք բոլորս, գիտենք և գնահատում ենք հաւատի արժէքը: Մենք բոլորս գիտենք որ նա մէկն է այն ամենաբարձր և մէկը ամենամեծ զօրութիւններից, որ մարդը կարող է գործադրել, և որովհետև մենք բոլորս ոչ միայն ունենք մեծ քանակութեամբ հաւատ բազմաթիւ կերպերում, այլ կարող ենք աճեցնել այդ հաւատը մշտենջենականօրէն, մենք իրազէկ ենք, թէ ո՞րքան կարևոր է դառնում վարժեցնել մենք մեզ ունենալ անեզր հաւատ ամեն բանի մէջ և ամեն մարդու բոլոր ժամանակներ, և բոլոր հանգամանքներում:

Եզրակացութիւն, թէ երբ սիստէմի բոլոր զօրութիւնները կատարելապէս կը կառավարուեն կամժբով, միացած յարատեւական փափաքի և անպարտելի հաւատի ոյժը, մենք կունենանք մի միարանութիւն (կօմբինացիա), որ կարող է շարժել աշխարհը: Այս տեսակ մի կօմբինացիայի, ոչինչ անկարելի չի կայ: Նա կարող է բանալ որևէ դուռ, յաղթել որևէ արգելքներ, և կարող կը դառնէ մարդուն հասնելու որևէ լաւ բանի, որ նա իր երևակայութեանը մէջ կարող է պատկերացնել: Ապա աւելացնենք, քանի որ օժտուած ենք այսպիսի զօրութիւններով, ինչո՞ւ հէնց այս բոլորից սկսած չի արթնցնենք և չի դարգացնենք այդ զօրութիւնները և գործադրենք նրանց մեր ամենօրեայ կեանքում: Նախ որոշեցէք ի՞նչ է ձեր ուզածը՝ ապա խորը կերպով փափաքեցէք հասնել ձեր ուզածին: Ձեր երևակայութեան աչքում ջանացէք տեսնել ձեր փափաքի լիակատար յաջողութիւնը: Ձեր ամբիցիայի համար գործադրէք ձեր ամբողջ մտաւոր զօրութիւնները, ձեր կամքը, ձեր կենդրօնացումը, ձեր հաւատը, ձեր դրական մտաւոր-դրութիւնը և դուք պիտի յաջողիք:

Ես այս դասում ձեզ տուի համառօտ կերպով Նոր-Հոգեբանութեան բոլոր սկզբունքները: Այս կուրսը սկզբից մինչև վերջ Նոր-Հոգեբանութիւն է: Մշակեցէք ձեր մտաւոր-կարողութիւնները և նրանց գործադրեցէք ամենայն օր ձեր կեանքում և դուք պիտի յաջողիք, պիտի աճիք և մեծանաք ամեն կերպով:

Վ Ր Ի Պ Ա Կ Ն Ե Ր

Երես	Տող	Տպուած է	Պէտք է լինի
5	7 ն.	համարութիւնը	համակրութիւնը
16	10 վ.	Նանսինի	Նանսիի
16	10 վ.	Therapeutque	Therapeutique
16	9 ն.	նէրշնչումով	ներշնչումով
21	13 վ.	ընդորնում	ընդունում
22	9 ն.	նայում	նայում
42	4 վ.	չունէր	չանէր
47	11 վ.	քնած	քնատ
49	1 վ.	բողութեան	իրողութեան
49	2 վ.	իրա	վրա
54	1 վ.	երկու մի	մի երկու
81	2 վ.	Դուք	Դուք
90	6 ն.	«այս»	«այո»
95	7 ն.	մկանացանց	երեսային ներվերի կծկումն
100	4 վ.	Երբեմ	Երբեմն
111	9 ն.	վերջաւորութեանը	վերջաւորութեանը
112	1 վ.	LEUCBORRHOEA	LEUCHORRHOEA
115	6 վ.	քեռքը	ձեռքը
122	4 ն.	ոտք քանի	քանի ոտք
148	11 ն.	թև	թէ
149	1 վ.	վերաբերի	վերաբերի
159	5 վ.	ցանկանութեան	ցանկութեան
161	14 ն.	խորհուրդ	խորհուրդը
170	8 ն.	կողմը	կողմ
172	10 ն.	որոշէ,	որոշ է,
173	6 վ.	ենթագիտութեան	ենթագիտակցութեան
177	1 վ.	կարող է	կարող են
182	15 ն.	հնարող	հնարելու
184	4 ն.	Երբև	Երբևէ