

БӨЛІМ: ЖАЛПЫ РУБРИКА

Гипноз туралы құпиялар мен мифтер

ЖАРИЯЛАНДЫ
24.04.2023СІЛТЕМЕ
https://bilimger.kz/137583/

Гипноз туралы сөйлескенде, сіздің басыңызға белгілі бір гипнозшы пайда болады, ол қолымен жұмбақ пастар жасайды және әсерлі дауыспен «ұйықтаңыз» деп бұйырады, ал сіздің көздеріңіз жабылып, жабылады, ал сіз бір сәтте сіз енді болмайсыз сіз оларды аша аласыз ... Егер сіз осы мақаланы әлі оқып жатсаңыз, онда менің гипнозым сізге жұмыс істемеді.

Гипноз деген не екенін көрейік. Алдымен, мен бірнеше мифтерді жоққа шығарамын.

Бірінші миф. Гипноз — зомби. Гипноз жасаушы адамды өзі қаламайтын нәрсені жасауға мәжбүр ете алады. Бұған мысал ретінде эстрадалық гипноз кезінде сахнадағы адам осының барлығына (позитивті галлюцинация деп аталатын, яғни ол жоқ нәрсені көретініне) сенімді бола отырып, қиялдағы саңырауқұлақтарды жинай бастайды немесе қиялдағы қолшатырдың астында жүгіре бастайды. Менің гипноз мұғалімдерімнің бірі айтқандай: «Олар маған өте жақсы оқитын зомбификацияланған нашар оқушыны көрсете салысымен, мен бірден зомбиге сенемін».

Сұрақ туындайды: егер гипноз зомби болмаса, онда неге бұл адам сахнаны айналып өтті? Жауап қарапайым. Сахналық гипнозшы сиқыршы-иллюзионистке ұқсайды. Сахнада сиқыршыны шляпадан қоян шығарып жатқанын көргенде, бұл физика заңдарына қайшы келеді деп ойламайсыз және қоян пайда болды. Оның артында назар аударудың құпиясы бар екенін білесіз. Егер сіз бұл құпияны білсеңіз, оны көру қызықты болмас еді. Неге сол иллюзионист қоянды емес, адамдарды басқарған кезде, сіз қандай да бір себептермен оның сиқырлы күші бар деп шешесіз бе?

Ол қандай-да бір жолмен адамның басына белгісіз түрде «өрмелеп», сол жерде бір нәрсені өзгерте алатындығы туралы ма? Бұл әдеттегі қулық. Егер сізді қызықтыратын болса, мен оны қалай болғанын айтайын. Егер сіз қаласаңыз, онда сіз де аздап тәжірибе жасай отырып, адамдарды басқара аласыз. Мен сізге бір құпияның кеңесін ғана айтайын: сахнаға барлығына рұқсат етілмейді. Сіз, осы мақаланы оқығаннан кейін, эстрадалық гипнозшының өнеріне жетсеңіз, сахнаға сіз қанша қаламасаңыз да шықпайсыз. Себебі сіз бұл аңызға күмәнданасыз, ал кәсіби гипнозшы бұл күмәнді сіздің

бетіңізден оқи алады.

Екінші миф. Адам гипнозға ұшырауы немесе қалыпты жағдайда болуы мүмкін. Бұл су екі температурада келеді деп айтуға ұқсайды: плюс 1 және плюс 99 градус. Ал гипноз әсерінен біріншіден екіншісіне лезде өтеді. Ал судың температурасы 2-ден 98 градусқа дейін жоқ. Шындығында, гипноз — бұл біз транс-күйді қоздыратын құрал, онда біз 0-ден 100-ге дейінгі шкала бойынша бола аламыз.

Гипноз жүргізушіні ауыстырмайды, бірақ бізге өз өміріміздің 80% -ы болған жағдайды тереңдетуге көмектеседі. Мысалы, біз кітап оқығанда, біреуге бірдеңе туралы айтқан кезде, ән айтқан кезде би билейміз, автобуска мініп, терезеге қараған кезде «ойлана отырып» және тағы басқа миллиондаған жағдайларда. Қарапайым, егер біз судың ұқсастығын алсақ, біз жағдайға байланысты 99 градус емес, 10, 20, 35 және т.б.

Тереңірек күйді әдетте гипноз деп атайды, бірақ бұл дұрыс емес, бұл жағдайлардың кез-келгені гипноз болып табылады. Гипноз тудырды ма, жоқ әлде жүргізу кезінде автобустың біркелкі тербелісі болды ма, маңызды емес.

Үшінші миф. Гипноз сессиясында гипнозшы гипноз (немесе транс) күйін тудырады. Жоқ, гипноз тек өзіңіздің табиғи транс жағдайыңызды күшейтуге, мысалы, 5% -дан 35% жасауға мүмкіндік беретін құралдарды пайдаланады.

Ол сізге ұсыныстар жасайды (олар да ұсыныстар). Сондай-ақ, сіз «құдадағыдай» бас тартуға болмайды. Егер сіз оларды қабылдаған жағдайда ғана (бейсаналық деңгейде), сіз өз күйіңізді тереңдетесіз. Гипноз құбылысы кімге жасалса, сол болады. Гипноз жасаушы ең жақсы жағдайда 20 пайызға, қалғаны — клиентке, оның санасыз сеніміне, біріншіден — өзіне, екіншіден — гипнозға байланысты.

Төртінші миф. Адамдар гипнозданатын және гипнозданбайтын болып екіге бөлінеді. Бұл аңызды поп-гипнозшылар мен жеткіліксіз кәсіби гипнологтар сіздермен және сіздің бейсаналық ақыл-ойларыңызбен ынтымақтастық пен табиғи транс күйіңізді тереңдетуге келіспейтін жағдайларды дәлелдеу үшін арнайы жасады.

Білесіз бе, бір сөз тіркесі бар: келіспейтін әйелдер жоқ, тек сұрауды білмейтін ер адамдар ғана бар. Егер сіз алдыңғы мифке қарасаңыз, онда неге гипнозға жатпайтынын түсінесіз. ТМД елдерінде мен гипнозбен айналысамын десем, олар маған бірден жауап береді: мен гипнозданбаймын. Немесе «менің көзіме қарамаңыз».

Бесінші аңыз. Гипноз — қысым. Онда галлюциногенді заттардың көмегінсіз адамның басына кіріп, бір нәрсені өзгерту мүмкін емес болғандықтан, көпшілік бұған шынымен сенгісі келсе де, қысым жоқ. Бұл мүмкін емес. Бірақ сарапшылар қысымның әдемі елесін қалай жасау керектігін біледі.

Алтыншы миф. Израильде гипнозға тыйым салынған. Мәселе мынада, Израильде

әлемде теңдесі жоқ заң бар, ол өте тар санаттағы адамдардан басқа барлығына гипноз қолдануға тыйым салады. Оның үстіне, заң гипнозға анықтама бермейді, гипноздың әр түрлі түрлері болатындығын айтпағанда, олар тіпті заңда да аталмаған.

Анау. заңда ол атамайтын нәрсеге тыйым салынған! Бірақ заңды бұзбау үшін көптеген нақты және қияли мамандар гипноздың орнына өз тәжірибесінде орыс тіліне еркін аударылғанды басқарылатын қиял деп атайды, яғни. гипноздың өте жеңілдетілген және жеңіл нұсқасы. Бұл мамандар Израильде гипнозды зерттей алмағандықтан (олар мұндай курстарға бара алмайды, тек шетелде, өте сирек адамдар бар), олар өздері көбінесе бұл «басқарылатын қиялдың» қандай аң екенін білмейді. Рас, әлі де оқыған (Израильде емес) және айырмашылықты түсінетіндер бар. Олар заңда аталмағанды мемлекет ішінде мұндай оғаш заңмен қолданбайды.

ҚМ АА Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.