



В. М. Бехтерев

# ПСИХИЧЕСКИЙ МИКРОБ

ВНУШЕНИЕ, УБЕЖДЕНИЕ  
И ДРУГИЕ СПОСОБЫ ВЛИЯНИЯ  
НА КОЛЛЕКТИВНОЕ СОЗНАНИЕ

С предисловием Н. С. Бехтеревой



ПсихиART

Владимир Бехтерев

**Психический микроб. Внушение,  
убеждение и другие способы  
влияния на коллективное сознание**

«Питер (Айлиб)»

2026

УДК 88.55  
ББК 316.62

## **Бехтерев В. М.**

Психический микроб. Внушение, убеждение и другие способы влияния на коллективное сознание / В. М. Бехтерев — «Питер (Айлиб)», 2026 — (ПсихиART)

ISBN 978-5-4461-4542-3

Книга, которую вы держите в руках, написана ученым, для которого человеческий мозг был не просто органом или механизмом, а живым центром судьбы, характера, страданий и надежд. И, как следствие, выдающегося психиатра, физиолога и психолога интересовало, насколько мозг подвержен влиянию извне. Феномен внушения Бехтерев исследовал в течение всей своей жизни. «Не подлежит никакому сомнению, — писал он, — что этот психический микроб оказывается не менее губительным, нежели физический микроб, побуждая народы время от времени к опустошительным войнам и взаимоистреблению... Тем не менее нельзя не признать, что внушение в других случаях является тем могущественным фактором, который способен увлечь народы к величайшим подвигам, составляющим в высшей степени яркий и величественный след в истории». Предисловие к этой книге написала праправнучка Владимира Михайловича, которая, продолжая семейную династию, также работает в сфере психологии.

УДК 88.55  
ББК 316.62

ISBN 978-5-4461-4542-3

© Бехтерев В. М., 2026

© Питер (Айлиб), 2026

## Содержание

О книге	7
Внушение и его роль в общественной жизни	10
Предисловие	10
Различные взгляды на природу внушения	11
Определение внушения	17
Конец ознакомительного фрагмента.	21

**Владимир Бехтерев**  
**Психический микроб. Внушение,**  
**убеждение и другие способы**  
**влияния на коллективное сознание**

© ООО Издательство «Питер», 2026

© Серия «ПсихиART», 2026

\* \* \*

## О книге

Книга, которую вы держите в руках, написана человеком, для которого человеческий мозг был *не просто органом или механизмом*, а живым центром судьбы, характера, страданий и надежд. Владимир Михайлович Бехтерев прожил жизнь, в которой личная боль, научный интерес и врачебное служение переплелись в один путь. Мальчик из бедной вятской семьи, переживший раннюю смерть отца и собственный юношеский нервный срыв, стал военным врачом на Балканском фронте, затем – профессором, основателем первой в России психофизиологической лаборатории и целого Психоневрологического института. Он видел душевные болезни не из кабинетных статей, а в окопах, в земских больницах, в переполненных клиниках – там, где человеческая психика трещит под тяжестью боли, бедности, войны, одиночества. Этот опыт привел его к главной мысли: *понимание человека невозможно без изучения мозга и тех закономерностей (или рефлексов), которые определяют его реакции*.

Бехтерев был не только выдающимся клиницистом и анатомом мозга, но и блестящим популяризатором. Он умел о сложнейших вещах говорить просто и честно. Его лекции собирали полные аудитории – от студентов до рабочих и учительниц, его книги читали не только врачи. Он создавал особый мост между лабораторией и повседневной жизнью: показывал, как тонкая структура мозговых путей связана с тем, как мы любим, боимся, верим, ошибаемся, поддаемся влиянию других людей. В его текстах нет привычного сегодня разделения на «научное» и «популярное» – для Бехтерева настоящая наука обязана быть понятной тем, ради кого она делается, то есть самим людям.

Эта книга может показаться вам удивительно современной, хотя многие ее строки были написаны более века назад. В ней вы встретите и подробные описания рефлексов, и рассказы о пациентах, и размышления о судьбе личности, о роли воспитания, труда, коллектива, о влиянии общества на психику. Бехтерев постоянно возвращается к одной и той же идее: наша психика – *не замкнутая, а открытая система*, непрерывно обменивающаяся влияниями с окружающим миром. Он интересуется не только тем, что происходит внутри человека, но и тем, как люди «заражают» друг друга эмоциями, убеждениями, страхами, надеждами.

Отдельная линия его работ – **внушение**. Немногие авторы начала XX века так трезво и подробно относились к этому явлению. Для Бехтерева внушение – не магия и не фокус, а особый способ передачи психического содержания от одного человека к другому. В клинике он видел, как слово врача, произнесенное в нужный момент и в особом состоянии гипноза, может остановить истерический приступ, ослабить боль, помочь алкоголику отказаться от стакана. Он тщательно изучал, что именно происходит: какие реакции тела сопровождают внушение, как меняется тонус мышц, дыхание, ритм сердца, какие ассоциации закрепляются в мозгу. На основе этих наблюдений он сформулировал знаменитую «психотерапевтическую триаду» – убеждение, внушение и самовнушение, – своеобразный каркас, на котором до сих пор во многом держится современная психотерапия.

Но Бехтерев прекрасно понимал: внушение – это не только инструмент врача в кабинете, но и мощная сила, действующая в обществе. Он одним из первых описал **массовое внушение**: то, как толпа заражается настроением, как идеи распространяются подобно инфекции. В его текстах вы найдете поразительно актуальные рассуждения о «психическом контагии», *о том, как некритично принятая мысль укореняется в сознании, как паразит, и начинает влиять на личность изнутри*. Если заменить в его примерах «уличную толпу» на «ленту социальных сетей», легко увидеть прямые параллели с сегодняшней жизнью. Мы живем в эпоху, о которой он только догадывался: в мире, где каждый день на нас обрушиваются потоки информации, «инфоцыганские» курсы по достижению счастья и успеха, противоречивые «истины» постмодернизма и все возрастающий дефицит критического мышления.

Сегодня одновременно проще и опаснее, чем когда-либо, поддаться внушению. Экран в кармане делает нас доступными для любых внушающих воздействий 24/7: псевдоэксперты обещают «быстрый духовный рост», блогеры уверенно трактуют сложнейшие медицинские и психологические темы, *алгоритмы подсовывают нам контент, играющий на наших слабостях*. В такой реальности особенно важно понимать, **насколько мы внушаемы** и чему именно мы позволяем поселиться в нашем сознании. Бехтерев предупреждал: внушенная идея может стать «паразитом», который незаметно управляет нашими решениями. *Сегодня на этот крючок ловят с помощью рекламы, политического пиара, конспирологии и обещаний волшебных перемен в жизни*.

Именно здесь труды Бехтерева приобретают особую актуальность. Он предлагает не только описание механизмов внушения, но и ключ к защите от них – **критическое мышление и понимание себя**. Осознавая, как устроены наши рефлексy, как легко эмоция опережает разум, мы учимся задавать себе простые, но спасительные вопросы: почему я в это верю? на чем основано это чувство? кто и зачем хочет, чтобы я так думал? Критическое мышление не отменяет эмпатии и доверия, но помогает отличать помощь от манипуляции, знания – от красивой упаковки, искренний совет – *от продающего поста*.

Понимание собственной внушаемости помогает не только защищаться, но и бережнее обращаться с другими. Осознавая, какое влияние имеют наши слова на детей, партнеров, коллег, мы можем по-другому выстраивать отношения: меньше запугивать и «давить авторитетом», больше объяснять, обсуждать, помогать человеку опираться на собственный разум. В этом смысле Бехтерев учит не только тому, как *работают мозг и сознание*, но и тому, как оставаться собой в мире множества голосов, постоянно претендующих на наше внимание и доверие.

За страницами этой книги стоит не только теория, но и огромный практический опыт. Бехтерев видел сотни пациентов, сломленных алкоголизмом, переживших окопы, потерявших близких. Он работал с детьми, с рабочими, с интеллигенцией, с военными. Он наблюдал, как одни люди выдерживают страшные испытания и находят силы жить, а другие ломаются под куда меньшим грузом. В его описаниях пациентов нет презрения или холодного интереса – в них слышится сочувствие врача, который сам однажды был по ту сторону психиатрической койки и знает, каково это. Возможно, именно поэтому его тексты так легко читаются и сегодня: за статьями и диаграммами в них всегда угадывается живой человек.

Важная особенность Бехтерева – его стремление видеть **человека целостно**. Он не ограничивается только мозгом или только психикой: он постоянно связывает строение нервной системы с условиями жизни, воспитанием, семейной атмосферой, трудом. Можно сказать, он одним из первых создавал то, что сейчас мы называем биопсихосоциальным подходом и что послужило основой отечественного современного метода психотерапии – личностно-ориентированной реконструктивной психотерапии. В его книгах вы встретите рассуждения и о роли семьи, и о влиянии бедности и безработицы, и о значении образования и культуры. Для современного читателя это особенно ценно: мы видим, что многие наши сегодняшние дискуссии – о выгорании, о психическом здоровье в больших городах, о влиянии токсичной среды на личность – не появились из ниоткуда, а имеют глубокие корни в работах таких людей, как Бехтерев.

Еще одна линия, которая проходит через творчество автора, – вопрос о **бессмертии личности**. Изучая мозг, Бехтерев приходит к выводу, что *конечной точки* не существует. Личность продолжает жить в делах, во влиянии на других, в памяти потомков, в тех изменениях, которые человек внес в мир. Его знаменитая формула «смерти нет» – не религиозный лозунг и не наивный оптимизм, а попытка взглянуть на жизнь с точки зрения науки: энергия не исчезает, она переходит из одной формы в другую. И когда мы читаем сегодня его книги, мы сами

становимся частицей этого продолжения – идеи, мысли, методика Бехтерева продолжают действовать через десятилетия, меняя нас и нашу работу с людьми.

Эта книга написана в другое время, другим языком, но к ней *можно* относиться как к беседе со старшим коллегой, сидящим напротив вас в кабинете. Да, где-то термины покажутся старомодными, где-то примеры – из далекой дореволюционной жизни. Но за этим – удивительно ясный, современный, честный и теплый взгляд на человека. Можно читать эти страницы профессионально, с карандашом, выискивая идеи для собственной практики. Можно – как вдумчивый читатель, сопоставляющий наблюдения столетней давности с сегодняшними реалиями. А можно – как ученик, который старается понять, как мыслит мастер.

Возможно, какие-то положения Бехтерева вы захотите оспорить – и это нормально. Наука за прошедшее столетие ушла далеко вперед, и многое, что он только интуитивно чувствовал, сегодня подтверждено или уточнено методами нейровизуализации, статистики, экспериментальной психологии. Но именно поэтому эта книга так ценна: она позволяет увидеть, с каких точек начиналось наше сегодняшнее знание. И тогда многое в современной психотерапии, нейронауке, психиатрии станет понятнее.

Читая Бехтерева, хорошо держать в уме простую мысль: он обращается не к абстрактному «человеку вообще», а к каждому из нас. В его текстах много предупреждений: о том, как легко потерять самостоятельность мышления под влиянием масс, как опасно относиться к психическому здоровью легкомысленно, как важно вовремя обращаться за помощью. Но есть и много надежды: о том, что даже тяжелые страдания могут стать началом перемен и о силе воспитания и труда.

Интересно, что Бехтерев полагал, что именно труд лежит в основе развития личности человека, даже творчество, по его мысли, – результат долгих упражнений и большой работы. А ведь Владимир Михайлович писал не только научные работы, последние 20 лет своей жизни он сам сочинял стихи! И утверждал, что «иногда одна или две строки стиха возбуждают более мыслей, нежели обширный трактат на ту же тему!». Иногда Бехтерев даже заканчивал публичные выступления чтением своих стихов. Чтобы читатель сам смог увидеть, насколько разносторонней личностью был Владимир Михайлович, мы решили в конце этой книги поместить несколько его стихотворений.

Пусть эта книга станет для вас не только знакомством с великим ученым прошлого, но и поводом внимательнее прислушаться к себе, к тому, как вы думаете, чувствуете, поддаетесь влиянию – и как можете этим влиянием управлять. Тогда диалог с Владимиром Михайловичем Бехтеревым, начавшийся на бумаге, продолжится уже в вашей собственной жизни, в ваших отношениях с людьми и с самим собой.

*С уважением, Наталья Бехтерева, психотерапевт, праправнучка*

# Внушение и его роль в общественной жизни

## Предисловие

Термин «внушение», заимствованный из обыденной жизни и введенный первоначально в круг врачебной специальности под видом гипнотического или послегипнотического внушения, в настоящее время вместе с более близким изучением предмета получил более широкое значение. Дело в том, что действие внушения ничуть не связывается обязательным образом с особым состоянием душевной деятельности, известным под названием гипноза, как то доказывают случаи осуществления внушения, производимого в бодрственном состоянии. Более того – внушение, понимаемое в широком смысле слова, является одним из способов воздействия одного лица на другое даже при обыденных условиях жизни.

Ввиду этого внушение служит важным фактором нашей общественной жизни и должно быть предметом изучения не одних только врачей, но и всех вообще лиц, изучающих условия общественной жизни и законы ее проявления. Здесь во всяком случае открывается одна из важных страниц общественной психологии, которая представляет собою обширное и мало еще разработанное поле научных исследований.

Настоящее сочинение в первом своем издании представляло собою речь, произнесенную в актовом собрании Военно-медицинской академии в декабре 1897 года, и потому было ограничено определенными размерами. Но интерес и важность затронутой темы побудили автора существенно расширить рамки своего труда, вследствие чего это второе издание выходит значительно пополненным против первого и уже не в форме речи.

Не претендуя и в настоящем издании на желательную полноту изложения затрагиваемого предмета, автор полагает, что уже правильное его освещение может быть небесполезным для лиц, интересующихся ролью внушения в общественной жизни.

*В. М. Бехтерев профессор Императорской Военно-Медицинской Академии, директор клиники душевных и нервных болезней*

## Различные взгляды на природу внушения

В настоящую пору так много вообще говорят о физической заразе при посредстве «живого контагия» (*contagium vivum*), или так называемых микробов, что, на мой взгляд, не лишнее вспомнить и о «психическом контагии» (*contagium psychicum*), приводящем к психической заразе, микробы которой хотя и не видимы под микроскопом, но тем не менее, подобно настоящим физическим микробам действуют везде и всюду и передаются чрез слова, жесты и движения окружающих лиц, чрез книги, газеты и пр. – словом, где бы мы ни находились, в окружающем нас обществе мы подвергаемся уже действию психических микробов и, следовательно, находимся в опасности быть психически зараженными.

Вот почему мне представляется не только своевременным, но и не безынтересным остановиться на внушении как факторе, играющем видную роль в нашей общественной жизни, факторе, полном глубокого значения, как в повседневной жизни отдельных лиц, так и в социальной жизни народов.

Правда, этот вопрос еще не в достаточной мере освещен наукой, и потому я не могу скрыть опасения, что в кратком изложении вряд ли мне удастся дать полное представление о затрагиваемом здесь предмете; но такова уже природа человеческой мысли: пока вопрос недостаточно изучен, он представляет живой интерес для всех и каждого, но как только тот же самый вопрос рассмотрен всесторонне в науке и сделался достоянием обширного круга лиц, он уже значительно утрачивает долю своего интереса. Руководясь этим, я полагаю, что не заслужу со стороны читателя большого упрека, если я остановлю его внимание на вопросе о так называемом внушении и психической заразе.

Прежде всего мы должны выяснить, что такое само по себе внушение?

Вопрос о природе внушения есть один из важнейших вопросов психологии, получивший в последнее время огромное практическое значение, благодаря в особенности изучению гипнотизма, хотя теперь твердо установлено, что внушение вообще является актом гораздо более широким, нежели собственно гипнотическое внушение, так как оно проявляется и в бодрственном состоянии и притом в жизни наблюдается везде и всюду, т. е. при весьма различных условиях.

Несмотря, однако, на огромную практическую важность внушения, его психологическая природа до сих пор представляется еще крайне мало изученной.

Еще недавно этот термин не имел особого научного значения и употреблялся лишь в просторечии главным образом для обозначения наущений, с той или другой целью производимых одними лицами другим. Лишь в новейшее время этот термин получил совершенно научное значение вместе с расширением наших знаний о психическом влиянии одних лиц на других. Но этим термином стали уже злоупотреблять, прилагая его к тем явлениям, к которым он не относится, и нередко прикрывая им факты, остающиеся еще недостаточно выясненными.

Несомненно, что от такого злоупотребления научным термином происходит немало путаницы в освещении тех психологических явлений, которые относятся к области внушения, а потому прежде всего мы должны подумать об определении и точном ограничении этого термина.

Нужно заметить, что уже многие авторы давали этому термину то или другое определение. Если мы обратимся к литературе предмета, то мы встретимся с самыми разнообразными определениями внушения.

По определению доктора *Lefèvre'a*<sup>1</sup>:

---

<sup>1</sup> Dr. L. Lefevre. Les phenomenes de suggestion et d'auto-suggestion etc. – Paris, 1903. С. 101 и 102.

«Явления внушения и самовнушения состоят в ассимиляции мыслей, вообще каких-либо идей, допущенных им без мотива и случайно и в их быстром превращении в движения, в ощущениях или в акты задержки».

*Liébeault* под внушением признает вызывание словом или жестами в гипнотике представления, следствием которого возникает то или иное физическое или психическое явление.

По *Bernheim* у внушение есть такое воздействие, при посредстве которого вводится в мозг представление, которое им и принимается.

*Löwenfeld* под внушением понимает представление психического или психофизического характера, которое своим осуществлением проявляет необыкновенное действие, вследствие ограничения или прекращения ассоциационной деятельности<sup>2</sup>.

Тот же автор в своей книге приводит и целый ряд определений внушения, сделанных другими авторами. Из этих определений мы приведем лишь наиболее существенные.

*Forel* дает сходственное этому определение: по нему внушением называется тот случай, когда результат обуславливается тем, что вызывает представление об его наступлении.

По *Wundt* у внушение есть ассоциация с сопутствующим ей сужением сознания по отношению к представлениям, которые, возникая, не дают проявиться противоположным ассоциациям.

По *Schrenk-Notzing* у внушение выражается ограничением ассоциаций в отношении определенного содержания сознания.

*Vincent* говорит, что «под внушением мы понимаем обыкновенно совет или приказание; в состоянии же гипноза внушение есть произведенное на психику впечатление, которое вызывает за собою непосредственное приспособление мозга и всего от него зависящего».

По *Hirschlaff*<sup>3</sup> под внушением следует понимать со стороны гипнотизирующего утверждение, не мотивированное и не соответствующее действительности, со стороны же гипнотизируемого – реализацию этого утверждения.

Если предыдущие определения представляются более или менее односторонними, противоречивыми и неточными, то последнее определение представляется крайне узким, и *Löwenfeld* справедливо восстает против него, так как согласно этому определению пришлось бы исключить не только все терапевтические внушения, которые по *Hirschlaff* у должны быть рассматриваемы не как внушения, а как советы, надежды и пр., но также должен быть исключен из области внушения и целый разряд явлений, известный под названием противовнушений, так как они стоят в соответствии с действительностью. Да и сколько неопределенного в самом понятии «несоответствующий действительности». Например, дается спящему внушение: проснувшись, взять со стола папироску и закурить, – и он беспрекословно выполняет это внушение. Спрашивается, много ли тут несоответствующего действительности? А между тем бесспорно, что мы здесь также имеем дело с внушением, как и в других случаях.

Приведение других определений здесь излишне и бесполезно, так как и вышеизложенного вполне достаточно, чтобы видеть, как много путаницы, неясного и неопределенного вводится в понятие внушения.

Очень характерно по этому поводу начинает свою книгу Б. Сидис<sup>4</sup>:

«Психологи употребляют термин “внушение” так беспорядочно, что читатель часто не уясняет себе его настоящего значения. Иногда этим названием пользуются для означения тех случаев, когда одна идея ведет за собою другую и таким образом отождествляют внушение с ассоциацией. Некоторые настолько расширяют область внушения, что включают в нее всякое влияние человека на своих собратий. Другие суживают внушение и внушаемость до простых

---

<sup>2</sup> См. *Löwenfeld*. Гипнотизм. Пер. д-ра Лясса. – Саратов, 1903.

<sup>3</sup> См. *Löwenfeld*. Указ. соч. С. 31.

<sup>4</sup> Б. Сидис. Психология внушения, перев. д-ра М. Колоколова. – СПб, 1902.

симптомов истерического невроза. Так поступают сторонники Сальпетриерской школы. Нансийская же школа называет внушением причину, вызывающую то особое состояние духа, при котором явление внушаемости чрезвычайно выступает вперед».

Само собою разумеется, что столь неясное положение вопроса о внушении приводит по Б. Сидису к большой путанице в психологических исследованиях, относящихся до внушения, о чем мы уже и говорили выше. Сам Б. Сидис, поясняя внушение на нескольких примерах, останавливается между прочим на определении *Больдивина*<sup>5</sup>, по которому «под внушением понимается большой класс явлений, типическим представителем которых служит внезапное вторжение в сознание извне идеи или образа, становящихся частью потока мысли и стремящихся вызвать мышечные и волевые усилия – свои обычные последствия». Б. Сидис считает, однако, его недостаточным; он находит во внушении еще другие важные черты, которые состоят в том, что внушение воспринимается субъектом **без критики** и выполняется им почти **автоматически**.

Но независимо от того по Б. Сидису во внушении имеется еще элемент, без которого определение является неполным. Этот элемент или фактор составляет преодоление или обход противодействия субъекта. Внушенная идея насильно вводится в поток сознания, она нечто чуждое, нежеланный гость, паразит, от которого сознание субъекта стремится избавиться. Поток сознания индивидуума борется с внушаемыми идеями, как организм с бактериями, стремящимися разрушить устойчивость равновесия. Этот элемент противодействия имеет в виду доктор И. Гроссманн, определяя внушение как «процесс, в котором какое-нибудь представление пытается навязаться мозгу»<sup>6</sup>.

В конце концов Б. Сидис останавливается на таком определении внушения:

«Под внушением понимается вторжение в ум какой-либо идеи; встреченная большим или меньшим сопротивлением личности, она наконец принимается без критики и выполняется без осуждения, почти автоматически»<sup>7</sup>.

Определение это, выраженное в такой форме, стоит довольно близко к сделанному мною ранее определению внушения, еще в первом издании настоящей брошюры<sup>8</sup>, но все же, благодаря некоторым вводным указаниям, оно не может быть признано вполне достаточным. Прежде всего, далеко не всегда внушение встречается тем или другим сопротивлением со стороны личности внушаемого лица. Это наблюдается чаще всего в тех гипнотических внушениях, которые касаются нравственной сферы внушаемого лица или же противоречат установленным отношениям данного лица к тем явлениям, которые служат предметом внушения; в большинстве же других случаев внушение входит в психическую сферу без всякого сопротивления со стороны внушаемого лица, нередко оно проникает в его психическую сферу совершенно незаметно для него самого, несмотря даже на то, что действует в бодрственном состоянии.

Что это так, доказывает пример, заимствованный из книги Охоровича: «О мысленном внушении», приводимый самим Б. Сидисом:

«Мой друг П., человек столь же рассеянный, сколь и остроумный, играл в шахматы в соседней комнате, а мы остальные разговаривали около двери. Я заметил, что мой друг, когда совсем погружался в игру, имел обыкновение насвистывать арию из *Madame Angot*. Я уже собрался ему в аккомпанемент отбивать ритм на столе; но в этот раз от стал насвистывать марш из “Пророка”».

---

<sup>5</sup> Boldivin. Psychology. Vol. II.

<sup>6</sup> S. Grossmann. Zeitschrift f. Hypnotismus. Апрель, 1893.

<sup>7</sup> Б. Сидис. Указ. соч. С. 19.

<sup>8</sup> См. В. Бехтерев. Роль внушения в общественной жизни. – СПб., 1898. С.2.

“Послушайте, – сказал я товарищам, – мы сделаем с П. штуку: мы прикажем ему (мысленно) перейти с “Пророка” на *La fille de madame Angot*”.

Сначала я стал отбивать марш, потом, воспользовавшись несколькими нотами, общими обоим пьесам, немедленно перешел на более быстрый темп любимой арии моего приятеля. П. со своей стороны внезапно переменял мотив и начал насвистывать *Madame Angot*. Все рассмеялись. Мой друг был слишком занят шахом королевы, чтобы заметить что-нибудь. “Начнем опять, – сказал я, – и вернемся к “Пророку”. Немедленно мы опять услышали замечательную фугу Мейербера. Все, что мой друг знал, было только то, что он что-то насвистывал».

Нет надобности пояснять, что здесь не было мысленного внушения, а было внушение слуховое, которое проникало в психическую сферу совершенно незаметно для внушаемого лица и без всякого с его стороны сопротивления.

То же самое мы имеем и в других случаях. Возьмем еще примеры из Б. Сидиса:

«У меня в руках газета, и я начинаю ее свертывать; вскоре я замечаю, что мой друг, сидящий против меня, свернул свою таким же образом, мы говорим, что это случай внушения»<sup>9</sup>.

Мы можем привести и много других аналогичных примеров, где внушение входит в психическую сферу незаметно для самого лица и без всякой борьбы и сопротивления с его стороны.

Вообще, можно сказать, что внушение, по крайней мере в бодрственном состоянии, гораздо чаще проникает в психическую сферу именно таким незаметным образом и во всяком случае без особой борьбы и сопротивления со стороны внушаемого лица. В этом и заключается общественная сила внушения. Возьмем еще пример из того же Б. Сидиса:

«Среди улицы, на площади, на тротуаре, останавливается торговец и начинает изливать целые потоки болтовни, лстя публике и восхваляя свой товар. Любопытство прохожих возбуждено: они останавливаются. Скоро наш герой становится центром толпы, которая тупо глядит на “чудесные” предметы, выставленные ей на удивление. Еще несколько минут, и толпа начинает покупать вещи, про которые торговец внушает, что они “прекрасные, дешевые”».

«Уличный оратор взлезает на полено или на повозку и начинает разглагольствовать перед толпой. Грубейшим образом он прославляет великий ум и честность народа, доблесть граждан, ловко заявляя своим слушателям, что с такими дарованиями они должны ясно видеть, как зависит процветание страны от той политики, которую он одобряет, от той партии, доблестным поборником которой он состоит. Его доказательства нелепы, его мотивы презренны, и однако он обыкновенно увлекает за собой массу, если только не подвернется другой оратор и не увлечет в другом направлении. Речь Антония в “Юлии Цезаре” представляет превосходный пример внушения».

Очевидно, что во всех этих случаях действие внушения не осуществилось бы, как скоро было бы **замечено** всеми, что торговец не в меру расхваливает свои товары, что уличный оратор преувеличивает значение своей партии, вздорным образом восхваляя ее заслуги. По крайней мере все, для которых ясны вздорность и лживость уверений, в таких случаях тотчас же отходят в сторону от таких ораторов, вокруг которых остается только доверчивая толпа слушателей, мало понимающая в деле, не замечающая ни грубой лести, ни лживых заявлений и потому легко поддающаяся внушению.

Итак, в действии последнего, по крайней мере в приведенных случаях, нет ничего «насильственного», нет ничего такого, что должно быть «преодолеваемо», наконец нет и ничего такого, от чего «сознание субъекта стремится избавиться».

Все происходит самым обычным, естественным порядком, и однако это есть настоящее внушение, которое вторгается в психическую сферу, как тать, и производит в ней роковые последствия.

---

<sup>9</sup> Б. Сидис. Указ. соч. С. 10.

Нет, конечно, надобности доказывать, что в отдельных случаях внушение действительно встречает сопротивление со стороны внушаемого лица, и тем не менее оно проникает в сознание как паразит после известной борьбы, почти насильственным способом.

Один из прекрасных поэтических примеров внушения, проникающего в сознание после известной борьбы, представляет внушение со стороны Яго, направленное на Отелло, который встречает это внушение первоначально некоторым сопротивлением, но затем постепенно поддается ему, когда «яд ревности» начинает совершать в душе Отелло свою губительную работу. Точно так же и некоторые из внушений, производимых в гипнозе, иногда встречаются известным противодействием со стороны внушаемого лица. Особенно часто это случается с лицами, которым внушают произвести поступок, противоречащий их наиболее сокровенным нравственным убеждениям. Как известно, некоторые из французских авторов по степени сопротивления лица, которому производятся внушения, противоречащие общепринятым нравственным понятиям, находили возможным даже определять нравственность данного субъекта.

Очевидно, что даже в гипнозе личность не вполне устраняется, она только потухает в известной мере и, встречая внушение, противное убеждению, противодействует ему в той или другой мере.

Тем не менее ничего обязательного и даже характерного для внушения в противодействии со стороны внушаемого лица мы не имеем, так как множество внушений вступает в психическую сферу без малейшего сопротивления со стороны внушаемого лица. Одному лицу, находящемуся в бодрственном состоянии, я говорю, что у него начинает стягивать руку в кулак, что всю его руку охватывает судорога и ее притягивает к плечу, и это внушение тотчас же осуществляется. Другому я говорю, что он не может брать рукой окружающих предметов, что она у него парализована, и оказывается, что с этих пор на самом деле он не употребляет руки, и все это продолжается впредь до того времени, пока я не скажу тому и другому лицу, что они вновь по-прежнему владеют своей рукой. Ни в том ни в другом случае, как и во многих других, нет и тени сопротивления.

Поэтому мы не можем согласиться с Б. Сидисом, когда он говорит, что черта сопротивления есть **основная** часть внушения или что поток сознания индивидуума борется с внушаемыми идеями, как организм с бактериями, стремящимися разрушить устойчивость. В этой борьбе и в сопротивлении для внушения нет никакой необходимости, вследствие чего сопротивление личности не может и не должно входить в определение внушения. Нельзя также думать, что внушение не допускает критики.

Сопротивление внушению, где оно имеется, ведь и основано на критике, на уяснении внутреннего противоречия внушаемого с убеждениями данного лица, на несогласии с ним его «я», когда это «я» не вполне исключено. Иначе ведь не было бы и сопротивления. Отсюда очевидно, что внушение в известных случаях не исключает даже критики, не переставая быть в то же время внушением. Это обычно замечается в слабых степенях гипноза, когда личность, или «я», не будучи вполне устраненным, относится еще с критикой ко всему окружающему и в том числе к внушению.

Одному лицу я внушаю в гипнозе, что по пробуждении он должен взять со стола фотографическую карточку, которую он увидит. Когда он проснулся, он почти тотчас же осматривает поверхность стола и останавливает свой взор на определенном месте. «Вы что-нибудь видите?» – спрашиваю я. «Вижу карточку». Я прощаюсь с ним, намереваясь уйти; но он все еще обращает свой взор на стол. «Не нужно ли вам что-нибудь сделать?» – спрашиваю я. «Мне хотелось взять эту карточку, но мне ее не надо!» – отвечает он и уходит, не выполнив внушения и очевидно борясь с ним.

Очень хороший пример мы находим у Б. Сидиса. Человеку, находящемуся в слабой степени гипноза, делается внушение, что он, услышав стук, возьмет сигаретку и зажжет ее. «Пробудившись, он помнил все. Я быстро стукнул несколько раз. Он встал со стула, но сейчас же сел

опять и, смеясь, воскликнул: “Нет, я не стану этого делать!” “Что делать?” – спросил я. “Зажечь сигаретку, это бессмыслица!!!” “А вам очень хотелось это сделать?” – спросил я, представляя желание прошедшим, хотя было ясно, что он теперь с ним борется. Он не ответил. Я снова спросил: “Вы очень желали это сделать?” “Не очень”, – ответил он коротко и уклончиво».

Таким образом, «принятие без критики внушенных идей и действия» также не составляет безусловной необходимости для внушения, хотя и бесспорно, что большинство внушений входит в психическую сферу, как о том говорилось ранее, без всякого сопротивления.

Равным образом полного автоматизма мы не находим и в осуществлении внушения. Известно, как часто мы встречаем даже у лиц, погруженных в гипноз, что внушение осуществляется не без некоторой борьбы. То же мы наблюдаем и в случаях послегипнотического внушения. Иногда эта борьба кончается тем, что внушение, бывшее на пути к осуществлению, в конце концов остается неосуществленным вовсе, как это было в только что приведенном примере. Правда, это противодействие бывает различно, смотря по силе внушения, по его характеру, по тем или другим внешним условиям, тем не менее оно возможно и во многих случаях существует. Следовательно, двигательный автоматизм далеко не может считаться неотъемлемой принадлежностью внушения.

Итак, внушение входит часто в психическую сферу незаметно, без всякого насилия, иногда вызывает борьбу со стороны личности внушаемого субъекта, подвергается с его стороны даже критике и выполняется хотя и насильственно, но далеко не всегда автоматически.

Надо, впрочем, заметить, что в иных случаях внушение действительно входит в психическую сферу как бы насильственным образом и, будучи принято без всякой критики и внутренней борьбы, выполняется вполне автоматически.

Примером таких внушений может служить способ внушения аббата *Faria*, действовавшего одним повелительным словом. К этому же порядку внушения относится и всем известная команда, которая основана везде и всюду не столько на силе страха за непослушание и сознании рациональности подчинения, сколько на действительности внушения, которое в этом случае врывается в сознание насильственно и внезапно и, не давая времени для обдумывания и критики, приводит к автоматическому выполнению внушения.

## Определение внушения

Очевидно, что сущность внушения заключается не в тех или других внешних его особенностях, а в особом отношении внушенного к «я» субъекта во время восприятия внушения и его осуществления.

Вообще говоря, внушение есть один из способов воздействия одних лиц на других, которое производится намеренно или ненамеренно со стороны воздействующего лица и которое может происходить или незаметно для внушаемого лица, или даже с его ведома и согласия.

Для выяснения сущности внушения мы должны иметь в виду, что наше восприятие может быть активным и пассивным. При первом обязательно участвует «я» субъекта, которое направляет внимание, сообразуясь с ходом нашего мышления и окружающих условий, на те или другие внешние впечатления. Последние, входя в психическую сферу при участии волевого внимания и усваиваясь путем обдумывания и размышления, становятся достоянием личного сознания, или нашего «я».

Этот род восприятия, приводя к обогащению нашего личного сознания, лежит в основе наших взглядов и убеждений, так как дальнейшим результатом активного восприятия является работа нашей мысли, приводящая к выработке более или менее прочных убеждений. Последние, входя в содержание нашего личного сознания, временно могут скрываться в так наз. подсознательной сфере или в сфере общего сознания, но так, что каждую минуту по желанию «я» они вновь могут быть оживлены путем воспроизведения пережитых представлений.

Но, кроме активного восприятия, многое из окружающего мира мы воспринимаем пассивно, без всякого участия нашего «я», когда внимание наше чем-либо занято, например при сосредоточении на какой-либо мысли или когда внимание наше, вследствие тех или других причин, ослаблено, как это наблюдается, например, в состоянии рассеянности.

И в том и в другом случае предмет восприятия не входит в сферу личного сознания, а проникает в те области нашей души, которые мы можем назвать общим сознанием. Это последнее является в известной мере независимым от личного сознания, благодаря чему все, что входит в сферу общего сознания, не может быть нами **по произволу** введено в сферу личного сознания. Но тем не менее продукты общего сознания при известных условиях могут входить и действительно входят в сферу личного сознания, причем источник их первоначального возникновения не всегда даже и распознается личным сознанием.

Целый ряд разнородных впечатлений, входящих в психическую сферу при пассивном восприятии без всякого участия внимания и проникающих непосредственно в сферу общего сознания помимо нашего «я», образует те неуловимые для нас самих воздействия окружающего мира, которые отражаются на нашем самочувствии, придавая ему нередко тот или другой чувственный тон, и которые лежат в основе неясных мотивов и побуждений, нередко нами испытываемых при тех и других случаях.

Сфера общего сознания вообще играет особую роль в психической сфере каждого лица. Иногда впечатление, воспринятое пассивно, входит затем, благодаря случайному сцеплению идей, и в сферу личного сознания в виде умственного образа, новизна которого нас поражает. В отдельных случаях образ этот, принимая пластические формы, возникает в виде особого внутреннего голоса, напоминающего навязчивую идею, или даже в виде сновидения или настоящей галлюцинации, происхождение которой обычно лежит в сфере продуктов деятельности общего сознания. Когда личное сознание ослабевает, как это мы наблюдаем во сне или в глубоком гипнозе, то на сцену сознания выдвигается работа общего сознания, совершенно не считающаяся ни со взглядами, ни с условиями деятельности личного сознания, вследствие чего в сновидениях, как и в глубоком гипнозе, представляется возможным все то, чего мы не можем даже и представить себе в сфере личного сознания.

Таким образом, для выяснения способа внушения необходимо иметь в виду разделение нашей психической сферы на личное и общее сознание. Личное сознание, или так называемое «я», при посредстве воли и внимания обнаруживает существенное влияние на восприятие нами внешних впечатлений; оно же регулирует течение наших представлений и определяет выполнение наших произвольных действий. Все, что входит в сферу психической деятельности при посредстве личного сознания, обычно подвергается нами большей или меньшей критике и переработке, приводя к развитию наших взглядов и убеждений.

Этот путь воздействия окружающей среды на нашу психическую сферу может быть назван путем «логического убеждения», так как конечным результатом упомянутой переработки всегда является в нас убеждение: «Мы убедились в истине, мы убедились в пользе, мы убедились в неизбежности того или другого» – вот что мы внутренне можем сказать себе после того, как в нас совершилась упомянутая переработка внешних впечатлений, воспринимаемых при посредстве нашего личного сознания. Но независимо от того в нашу психическую сферу, как мы уже говорили, могут входить разнородные впечатления при отсутствии к ним какого-либо внимания, иначе говоря – в состоянии рассеянности, когда волевое внимание поглощено какой-либо работой. В таком случае внешние впечатления входят в психическую сферу помимо нашего личного сознания и, следовательно, помимо нашего «я». Они проникают в нашу психическую сферу уже не с парадного хода, а, если можно так выразиться, с заднего крыльца, ведущего непосредственно во внутренние покои нашей души. Это и есть то, что мы называем внушением.

Таким образом, внушение представляет собою непосредственное прививание тех или других психических состояний от одного лица к другому. Иначе говоря, внушение есть не что иное, как вторжение в сознание или прививание к нему посторонней идеи без прямого непосредственного участия в этом акте «я» субъекта, вследствие чего последнее в большинстве случаев является или совершенно, или почти безвластным его отринуть и изгнать из сферы сознания даже при том условии, когда оно сознает его нелепость. Проникая в сознание без активного участия «я» субъекта, внушение остается вне сферы личного сознания, благодаря чему и все дальнейшие его последствия происходят без контроля «я» и без соответственной задержки. Благодаря этому внушение приводит к появлению той или другой навязчивой идеи, к осуществлению положительных и отрицательных галлюцинаций или же вызывает развитие психически обусловленной судороги, контрактуры, паралича и т. п.

Вряд ли есть какая-либо возможность сомневаться в том, что внушение относится именно к порядку тех воздействий на психическую сферу, которые происходят помимо нашего «я» и проникают непосредственно в сферу общего сознания. Если нужно определение внушения в нескольких словах, то я должен повторить здесь то, что я сказал уже в первом издании своей брошюры – «Роль внушения в общественной жизни»:

«Внушение сводится к непосредственному прививанию тех или других психических состояний от одного лица к другому, – прививанию, происходящему без участия воли (и внимания) воспринимающего лица и нередко даже без ясного с его стороны сознания».

Ясно, что в этом определении содержится существенное отличие внушения как способа непосредственного психического воздействия одного лица на другое от убеждения, производимого всегда не иначе, как при посредстве внимания и логического мышления и с **участием личного сознания**.

Все, что входит в сферу личного сознания, вступает в соотношение с нашим «я» и, так как все в личном сознании находится в строгом соответствии и сочетании с «я» субъекта, сочетании, служащем выражением единства личности, то очевидно, что все входящее в сферу личного сознания должно подвергаться соответственной критике и переработке со стороны «я».

Но также очевидно, что кроме этого способа влияния, действующего на другое лицо при посредстве личного сознания, есть другой способ воздействия в форме внушения, действующего на психическую сферу путем непосредственного прививания психических состояний, т. е. идей, чувствований и ощущений, и не требуя участия личного сознания и логики.

Очевидно, что внушение в отличие от убеждения проникает в психическую сферу помимо личного сознания, входя без особой переработки непосредственно в сферу общего сознания и укрепляясь здесь, как всякий вообще предмет пассивного восприятия.

Когда по внушению у человека развивается судорога в руке или, наоборот, рука совершенно парализуется, спрашивается, что обуславливает осуществление этого внушения? Очевидно, не что другое, как непосредственное проникновение внушаемой идеи в сферу общего сознания, не координированную с «я» субъекта, вследствие чего последнее не властно над этим внушением и не может ему противодействовать.

Но что мешает «я» с его волевым вниманием позволить внушению проникнуть в общее сознание? Отчего оно не вводит его при указанных условиях в сферу личного сознания?

Оттого, что или воля парализуется верой в силу внушения, или субъект не может на внушении сосредоточить волевого внимания; оно поэтому и входит в сферу общего, а не личного сознания, давая тем самым полный простор автоматизму.

Таким образом, если бы под внушением мы понимали всякое вообще непосредственное влияние на человека помимо его «я», или личного сознания, то мы могли бы отождествить эту форму воздействия на нас окружающих условий с формой пассивного восприятия, происходящего без всякого участия «я» субъекта.

Но под внушением обыкновенно принято понимать воздействие не всех вообще окружающих условий, а воздействие одного лица на другое, которое происходит при посредстве пассивного восприятия, т. е. помимо участия личного сознания, или «я» субъекта, в отличие от воздействия иного рода, происходящего всегда при посредстве активного внимания с участием личного сознания и состоящего в логическом убеждении, приводящем к выработке тех или других взглядов.

Löwenfeld между прочим настаивает на различии в определениях самого процесса внушения (*suggestiren*) от результата его, известного под названием собственно внушения (*suggestion*). Само собою разумеется, что это два различных процесса, которые не должны быть смешиваемы друг с другом. Но, по нашему убеждению, только такое определение и может быть признано наиболее подходящим и более правильным, которое обнимает и самый способ воздействия, характерный для процесса внушения, и результат этого воздействия.

Дело в том, что для внушения характерны не только самый процесс или способ воздействия на психическую сферу, но и результат этого воздействия. Поэтому-то и в слове «внушать» мы подразумеваем не только особый способ воздействия на то или другое лицо, но и возможный результат этого воздействия, и, с другой стороны, в слове «внушение» мы подразумеваем не только известный достигнутый результат в психической сфере данного лица, но и в известной мере тот способ, который привел к этому результату.

Как уже ранее было выяснено, в понятии внушения прежде всего содержится элемент непосредственности воздействия. Будет ли внушение производиться посторонним лицом при посредстве слова или воздействия, или оно будет производиться при посредстве какого-либо впечатления или действия, т. е. имеем ли мы словесное или конкретное внушение, везде оно влияет не путем логического убеждения, а непосредственно воздействует на психическую сферу, помимо сферы личного сознания или по крайней мере без переработки со стороны «я» субъекта, благодаря чему происходит настоящее прививание идеи, чувства, эмоции или того или иного психофизического состояния.

Равным образом и те состояния, которые известны под названием самовнушения и которые не требуют посторонних воздействий, возникают обычно непосредственно в психической

сфере, когда, например, то или другое представление проникло в сознание как нечто готовое, в форме внезапно явившейся и поразившей сознание мысли, в форме того или иного сновидения, в форме виденного примера и т. п.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.