СЕРИЯ КНИГ «ТАЙНЫ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО СОЗНАНИЯ – МЕЖДУ НАУКОЙ И МИСТИКОЙ»

АЛЕКСАНДРА РИЧИ



КНИГА 2

ГИПНОЗ

– ПУТЕШЕСТВИЕ В ГЛУБИНЫ ПОДСОЗНАНИЯ

Александра Ричи

Гипноз — Путешествие в глубины подсознания. Серия книг «Тайны человеческого сознания — между наукой и мистикой»

«Автор»
2026

Ричи А.

Гипноз — Путешествие в глубины подсознания. Серия книг «Тайны человеческого сознания — между наукой и мистикой» / А. Ричи — «Автор», 2026

Эта книга приглашает читателя в загадочный мир гипноза — необычного явления человеческой психики, которое на протяжении столетий вызывало интерес учёных, врачей, философов и исследователей сознания.От первых опытов Франца Месмера и открытий Жана-Мартена Шарко до современных методов гипнотерапии — перед читателем раскрывается история изучения трансовых состояний, внушения и скрытых механизмов человеческого восприятия.Книга рассказывает о природе гипноза, роли подсознательных процессов, гипнотических экспериментах, сценических представлениях, медицинском применении гипнотерапии и возможностях воздействия на эмоциональное состояние человека. Особое внимание уделяется внушаемости, распространённым мифам и научным исследованиям гипноза.«Гипноз — Путешествие в глубины подсознания» — это увлекательное исследование границ человеческого сознания, где наука встречается с загадкой, а привычное представление о возможностях человеческого разума приобретает новые

© Ричи А., 2026
© Автор, 2026

Александра Ричи
Гипноз — Путешествие в глубины подсознания. Серия книг «Тайны человеческого сознания — между наукой и мистикой»

Глава 1. Загадка человеческого сознания

Представьте себе ясную ночь, когда вы смотрите на звёздное небо. Вы видите миллиарды светящихся точек — галактик, планет, далёких солнц. Но что, если я скажу вам, что самое загадочное явление во Вселенной находится не там, в бесконечной пустоте космоса, а прямо здесь, внутри вашей головы?

Сознание — это величайшая тайна, которую человечество пытается разгадать с тех пор, как научилось мыслить о самом процессе мышления. Это пламя, которое горит за нашими глазами; это внутренний голос, который ведёт диалог сам с собой; это способность осознавать себя как отдельную сущность посреди хаоса материи.

Что такое сознание?

В простейшем определении **сознание** — это субъективный опыт бытия. Это то, чем мы являемся «изнутри». Когда вы читаете эти строки, именно ваше сознание воспринимает буквы, переводит их в слова, придаёт им смысл и окрашивает этот процесс эмоциями: любопытством или скукой.

Но попробуйте ответить на простой вопрос: *«Где оно находится?»* Нейробиологи могут показать нам, какие зоны мозга активируются при решении математической задачи или воспоминании первого поцелуя. Они видят вспышки нейронной активности, но они не видят самого переживания. Мы можем измерить электрическую активность клеток коры головного мозга, но никакая машина не сможет почувствовать вкус шоколада так, как его чувствуете вы.

Это фундаментальный разрыв между объективным миром (нейроны, синапсы) и субъективным опытом (*qualia*, от латинского «какое»). Как писал философ Дэвид Чалмерс, это «трудная проблема сознания»: объяснить, почему физическая система из мяса и электричества порождает внутреннее переживание.

Слоистая структура разума: Ледник айсберга

Чтобы понять гипноз, необходимо сначала разделить психику на два уровня: сознательное и подсознательное. Эту метафору часто называют «айсбергом».

Над водой: Верхушка айсберга — это наше повседневное сознание. Здесь находятся логические рассуждения, планирование завтрашнего дня, решение купить молоко по дороге домой. Эта часть ограничена: одновременно человек может удерживать в фокусе внимания лишь около семи объектов.

Под водой: Подводная часть — это колоссальное хранилище информации, называемое **подсознанием**. В нём живут наши привычки («Я автоматически закрываю дверь»), навыки (езда на велосипеде), подавленные воспоминания, страхи, инстинкты и автоматические реакции. Именно здесь хранятся те миллионы бит данных, которые мозг обрабатывает ежесекундно, чтобы поддерживать дыхание, баланс тела и распознавание лиц без нашего участия.

Гипноз работает именно с этим подводным миром. Представьте, что сознание — это строгий привратник у входа в замок. Оно фильтрует информацию, проверяет её на соответствие нашим убеждениям и ценностям. Если вы скажете человеку: «Ты сейчас будешь смеяться», он включит критический фактор и ответит: «Нет, не буду». Его сознание заблокирует команду.

Но вот вы входите в транс. Привратник засыпает или отвлекается. И теперь внушение обходит барьер критики напрямую к хранителю замка — подсознанию. Вот почему гипнотическая команда «Вы почувствуете тепло» вызывает физиологическую реакцию даже тогда, когда нет реального источника тепла.

Первые шаги к открытию: Месмеризм и магнетизм животных

История изучения сознания неразрывно связана с историей гипноза. Первым человеком, чьё имя стало синонимом мистического влияния, был австрийский врач **Франц Антон Месмер**.

В XVIII веке Европа была одержима идеей невидимых сил. Месмер утверждал, что открыл новую энергию — «животный магнетизм». Он верил, что Вселенная пронизана магнитными флюидами, которые текут через людей и планеты. Болезни возникают, когда эта энергия блокируется. Чтобы исцелять пациентов, Месмер проводил сеансы в тёмных комнатах, окружённых зеркалами для усиления эффекта. Пациенты держались за железные пруты, соединённые с большим бочонком, наполненным бутылками воды. Месмер делал пассы руками, направляя «флюиды».

Сегодня мы знаем, что никакого животного магнетизма не существует. Однако пациенты Месмера действительно исцелялись! Их симптомы исчезали под воздействием веры, внушения и групповой динамики. То, что сегодня мы называем эффектом плацебо, Месмер называл чудом. Он случайно наткнулся на силу внушения.

Его ученик, маркиз де Пюисегюр, сделал следующий шаг. Он обнаружил состояние, которое назвал **сомнамбулизмом**: глубокий транс, в котором пациент выполнял команды врача, а после пробуждения ничего не помнил. Так впервые было описано состояние, похожее на современный терапевтический гипноз.

Роль Шарко: Наука против магии

Следующий великий прорыв совершил французский невролог **Жан-Мартен Шарко**, работавший в конце XIX века в знаменитой больнице Сальпетриер в Париже.

Шарко изучал истерию — заболевание, при котором женщины испытывали паралич конечностей, слепоту или судороги без видимых органических причин. Он доказал, что эти симптомы можно вызвать и снять с помощью гипноза. Для науки того времени это был шок: болезнь проявлялась физически, но имела психологические корни!

Шарко разделял своих пациенток на три стадии гипноза:

Сонливость: Глаза закрываются, тело расслабляется.

Каталепсия: Тело застывает в любой позе, в которой его оставили. Например, руку можно поднять вверх, и она останется там, словно статуя.

Сомнамбулизм: Глубокий транс, в котором пациент полностью подчиняется командам и забывает всё после выхода.

Именно благодаря работам Шарко гипноз перестал быть развлечением шарлатанов и вошёл в арсенал официальной медицины. Он показал, что разум способен управлять телом способами, которые до этого казались невозможными.

Природа двойного ума: Борьба сознания и бессознательного

Почему гипноз вообще возможен? Ответ кроется в том, как устроено человеческое восприятие.

Наш мозг постоянно перегружен информацией. Из всего потока сенсорных данных (свет, звук, запахи) сознание выбирает лишь малую толику. Остальной поток уходит в архив, минуя цензуру. Гипнотерапевт использует эту особенность: он создаёт ситуацию, где внимание сужается до одного объекта (например, голоса терапевта). Всё остальное становится фоном.

Когда сознание занято узким каналом восприятия, открывается «задняя дверь» к подсознанию. В этом состоянии критический фильтр отключён. Человек остаётся в полном созна-

нии, слышит и видит всё вокруг, но его реакция перестраивается. Он начинает воспринимать слова терапевта не просто как звуки, а как прямые команды для своего внутреннего мира.

Например, фраза «Ваш палец становится тяжёлым» заставляет мышцы руки расслабиться рефлекторно. Фраза «Вы вспоминаете приятное событие» запускает поиск в памяти, минуя фильтры сомнения.

Таким образом, сознание в этой главе выступает как страж, а гипноз — как ключ, позволяющий обойти этот страж и добраться до сокровищницы подсознания, где хранятся ответы на вопросы о нашей природе, страхах и возможностях.

Глава 2. Древние корни гипноза: Путешествие в транс через века

Гипноз, как мы его понимаем сегодня — с кушеткой и маятником, — явление относительно молодое. Но состояние транса, на котором он основан, столь же древнее, сколь само человечество.

Состояние изменённого сознания (транс) не было для наших предков чем-то мистическим или патологичным. Это был естественный инструмент познания мира, общения с божественным и врачевания. В каждой древней цивилизации существовали свои ритуалы погружения в этот загадочный мир между сном и явью.

Египет: Храмовые сновидения и исцеление словом (*Incubation*)

Древний Египет оставил нам одни из самых ранних свидетельств о целительстве с помощью внушения. Центром этого искусства были **храмы сна**, посвящённые богу медицины Имхотепу (позже отождествлённому с греческим Асклепием).

Больные приходили в храм, проходили очистительные обряды и ложились спать в специальных залах под звуки монотонных молитв и ритмичных ударов барабанов. Священники создавали атмосферу абсолютного покоя и ожидания чуда. Перед тем как пациент засыпал, жрец произносил над ним заклинания-**инвокации**. Эти слова не просто призывали богов, они содержали прямые терапевтические внушения: «Твоё тело исцелится», «Ты будешь здоров».

В состоянии полусна-полуяви, которое египтяне называли *«сном пророчества»*, подсознание пациента становилось восприимчивым к этим словам. Утром, проснувшись, человек часто чувствовал облегчение. Современные исследователи называют это **плацебо-эффектом**, но для древних это была магия слова, сила которого передавалась напрямую от бога через уста жреца.

Греция: Сны Асклепия и театр катарсиса

Греки переняли египетскую традицию и развили её в систему храмового лечения (**Асклепийона**). Самый знаменитый такой комплекс находился в Эпидавре.

Пациенты совершали паломничество, очищались водой и принимали участие в священных танцах. Затем наступала ночь инкубации. Люди спали прямо на полу храма, окружённые статуями змея — символа исцеления. Жрецы ходили среди них, нашёптывая формулы здоровья.

Утром больные рассказывали о своих снах. Если во сне им являлся сам Асклепий или его дочь Гигея и указывал способ лечения (например, пить определённую воду или есть траву), это считалось прямым божественным рецептом. Психологический эффект такого опыта был колоссальным: вера в то, что бог лично посетил тебя, запускала мощнейшие механизмы самовосстановления.

Но древние греки использовали транс не только в храмах. Театр трагедии был грандиозным коллективным сеансом гипнотерапии. Аристотель назвал это **катарсисом** — эмоциональной разрядкой. Когда зрители сопереживали героям, их сознание сужалось до переживаний персонажа, а критический фактор отключался. Через слёзы и страх они освобождались от собственных подавленных эмоций, получая психологическую разгрузку.

Индия: Йога-нидра и медитация — путь внутрь себя

Индийская цивилизация подарила миру наиболее глубокую философию транса. Здесь транс рассматривался не как средство лечения, а как цель существования — слияние с Абсолютом.

Йога-нидра («йогический сон») — одна из старейших форм направленного транса. Практикующий лежит неподвижно, сохраняя полную осознанность, пока учитель ведёт его голосом по внутренним мирам. Цель — достичь состояния полного расслабления тела при ясности ума, чтобы проникнуть за пределы обычного восприятия.

Медитативные практики: Буддийская традиция дзен и индуистские методы раджайоги учат управлять сознанием через концентрацию. Повторение мантр (*Джапа*) создаёт ритм, который усыпляет логическое мышление и открывает доступ к глубинным слоям психики.

Для индийских мудрецов транс был способом познать истинную природу реальности, выйти за рамки иллюзии материального мира (*Майя*). Они первыми осознали связь дыхания (*Праны*) и состояний сознания, разработав дыхательные техники (*Пранаяма*), которые являются мощным инструментом индукции транса.

Месопотамия и шаманизм: Танец с духами

На Ближнем Востоке, задолго до появления великих религий, существовала практика **экстаза**. Шаманы шумерской и аккадской культур входили в транс с помощью танцев, музыки и галлюциногенов.

Шаман исполнял роль моста между миром живых и духов. Его танец становился всё быстрее, музыка — громче, пока физическое тело не начинало вибрировать в унисон со звуком. В этом состоянии экстаза он видел видения, общался с предками и лечил болезни прикосновением или словами.

Этот принцип сохранился в архаичных культурах по всему миру:

Африканские племена используют барабанный бой для вызова транса у знахарей.

Сибирский шаманизм строился вокруг путешествия духа в иные миры.

Даже христианство унаследовало элементы трансового целительства: исступление святых, говорение на языках (*глоссолалия*) и массовые исцеляющие службы.

Таким образом, история показывает, что гипнотический транс — это не изобретение XIX века, а фундаментальный механизм человеческой психики. Наши далёкие предки интуитивно понимали силу слов, произнесённых в момент максимальной открытости разума. Они знали, что граница между бодрствованием и сном, между реальностью и воображаемым миром, является самой плодородной почвой для изменения убеждений, исцеления души и постижения тайн бытия.

Глава 3. Франц Месмер — человек, открывший магнетизм

В истории гипноза нет фигуры более противоречивой и загадочной, чем **Франц Антон Месмер** (1734–1815). Сегодня его имя стало синонимом шарлатанства (*месмеризм*), но именно он случайно наткнулся на фундаментальный принцип психологии: силу внушения.

«Флюиды» Вселенной и рождение теории

Месмер родился в Германии, получил блестящее медицинское образование в Вене и начал свою карьеру как обычный врач. Переломный момент наступил после того, как он стал свидетелем исцелений с помощью магнитов. В то время вера в невидимые силы была повсеместной: люди верили во флюиды электричества, тепловые потоки и даже космическую гармонию планет.

Месмер сделал смелый вывод: если железо притягивается к магниту, значит, существует некая универсальная энергия, пронизывающая всё живое. Он назвал её **«животным магнетизмом»**. По его мнению, эта жидкость текла по каналам человеческого тела подобно крови или лимфе. Болезнь возникала из-за блокировок этого потока.

Его метод был прост: прикладывая магниты к телу пациента или проводя руками над ним, Месмер направлял энергию, восстанавливая баланс. Но вскоре он заметил нечто странное: пациенты исцелялись даже тогда, когда вместо настоящих магнитов он использовал деревянные палочки! Это открытие было для него роковым: оно подрывало саму основу его теории о физической энергии, но одновременно указывало путь к истинному механизму воздействия — силе слова и ожидания.

Сеансы месмеризма: Театр исцеления

Слава пришла к нему в Париже, куда он переехал в поисках признания. Его лечебные сеансы превратились в грандиозные спектакли.

Представьте себе тёмную комнату, наполненную мистической атмосферой:

Бассейны: В центре стоял большой бочонок («баскет»), заполненный бутылками воды и железными опилками. От него отходили металлические пруты.

Пациенты: Десятки людей сидели вокруг, держась за эти прутья и друг за друга, образуя замкнутую цепь. Они были одеты в специальные белые одежды, чтобы усилить эффект единства.

Свет и звук: Комнату освещали свечи и зеркала, усиливающие свет. Музыка играла ключевую роль; Месмер сам играл на стеклянной гармонике — инструменте, чей вибрирующий звук считался особенно целебным.

Сам Месмер выглядел как маэстро: в пурпурном плаще, украшенном звёздами, он делал пассы руками, направляя «флюиды». Пациентов охватывали конвульсии, слёзы, смех или глубокий сон. Эти состояния назывались *«кризами»*. После них многие чувствовали облегчение от своих недугов.

Для публики это был театр чудес. Для науки это был первый задокументированный случай массового психотерапевтического эффекта.

Скандал и комиссия Людовика XVI

Успех Месмера вызвал зависть среди врачей старой школы. Парижская академия наук и Королевский медицинский факультет создали комиссию при дворе короля, чтобы расследовать феномен. В неё вошли такие гиганты мысли, как Бенджамин Франклин и Антуан Лавуазье.

Комиссия провела строгие эксперименты. Она обнаружила, что пациенты реагируют одинаково сильно как на настоящие магниты, так и на пустые коробки или просто на уверенные жесты врача. Врачи пришли к выводу: **исцеления происходят не из-за физического флюида, а из-за воображения пациентов и их веры в целителя.**

Это был сокрушительный удар по репутации Месмера. Официальная наука объявила его шарлатаном, хотя сама же доказала существование феномена, который сегодня мы называем **внушением**.

Наследие: Смерть одной теории и рождение новой эры

Несмотря на разгром, месмеризм не исчез. Наоборот, он распространился по Европе, превратившись в народное увлечение. Именно ученики Месмара сделали следующий шаг.

Маркиз де Пюисегюр открыл состояние **сомнамбулизма**, или глубокого транса. Он обнаружил, что пациент может выполнять команды врача, находясь в этом состоянии, и ничего об этом не помнить после пробуждения. Это был прорыв: впервые транс был описан как самостоятельное психологическое явление, а не проявление магии.

Таким образом, Франц Месмер, хоть и ошибался в своей физике, совершил величайшее научное открытие своего времени. Он показал миру, что человеческое тело можно лечить словом, а сознание обладает силой, способной изменять физиологию. Из пепла его дискредитированной теории животного магнетизма родилась современная психология и гипнотерапия.

Глава 4. Животный магнетизм и загадочные сеансы

Месмеризм, возникший в тени одного человека, превратился во всепоглощающий культурный феномен XVIII века — причудливую смесь науки, религии и театра. В то время Европа

переживала эпоху Просвещения: люди верили в силу разума, но жаждали чудес. Месмер дал им это чудо.

«Баскет» и коллективные конвульсии

После скандального изгнания из Парижа Франц Месмер покинул сцену, но его метод зажил собственной жизнью. Его ученики, особенно **маркиз Арман де Пюисегюр**, развили практику до уровня массового ритуала.

Центром таких собраний был знаменитый *«баскет»* (от фр. *baquet* — бочонок). Представьте себе большой деревянный чан, наполненный бутылками с водой или вином и железными опилками. Из него торчали металлические пруты, за которые держались пациенты. Они сидели вокруг чана, образуя замкнутый круг, часто касаясь друг друга руками или коленями для усиления «потока флюидов».

Вокруг царила атмосфера мистического экстаза:

Свет: Комнаты были полутёмными, освещёнными свечами, отражающимися в зеркалах. Это создавало гипнотический эффект мерцающего света.

Звук: Играла музыка. Часто использовался стеклянный гармоникон — инструмент, звучащий как призрачный звон хрустальных колокольчиков. Ритм музыки синхронизировал дыхание участников.

Ритуал: Магнетизёр совершал пассы над пациентами, направляя невидимые потоки энергии. Он мог прикасаться к ним палочками или просто водить рукой на расстоянии.

Реакции пациентов были драматичными. Их называли *«кризами»*. Люди испытывали широкий спектр состояний:

Каталепсия: Тело застывало в любой позе, словно статуя. Пациента можно было поднять одной рукой, не боясь, что он упадёт.

Слёзы и смех: Многие плакали без причины или смеялись истерическим хохотом.

Судороги: Некоторых сотрясали спазмы, они кричали или стонали.

Глубокий сон: Другие впадали в состояние, похожее на летаргию, где их сознание оставалось активным, а тело полностью расслабленным.

Эти реакции казались необъяснимыми. Для современников месмеризма это было доказательством существования животной магнитной жидкости. Но сегодня мы понимаем эти состояния как проявления группового транса и эмоционального заражения.

Распространение по Европе: от салонов до деревень

Месмеризм стал модой высшего общества. В каждом крупном городе Европы появились свои знаменитые магнетизёры. В Англии этим увлекался Джон Эллис; в Германии — Иоганн Бальхаузен; в России — граф Алексей Орлов-Чесменский, который привёз месмеризм при дворе Екатерины II.

Но месмеризм вышел далеко за пределы аристократических салонов. В деревнях Франции и Италии бродячие целители устраивали массовые исцеления под открытым небом. Крестьяне собирались тысячами, чтобы увидеть, как человек, притронувшийся к дереву, помеченному магнетизёром, падает в обморок или начинает танцевать.

Это явление породило термин **«месмерическая эпидемия»**. Эмоциональное заражение распространялось подобно вирусу. Если один человек начинал испытывать криз, остальные следовали за ним, усиливая общий накал страстей.

Научная революция: От магии к психологии

Именно месмеризм заставил научную мысль сделать гигантский шаг вперёд. До этого момента медицина лечила тело, игнорируя психику. Месмеризм показал, что слово врача может быть сильнее лекарства.

Комиссия Людовика XVI, созданная для расследования феномена, пришла к революционному выводу: **флюиды не существуют, но исцеление происходит благодаря воображению пациента.** Это был первый научный документ о силе внушения.

Маркиз де Пюисегур сделал ещё более важное открытие. Работая со своим крестьянином Виктором, он обнаружил состояние глубокого сна (*сомнамбулизм*), в котором пациент выполнял команды и ничего не помнил после пробуждения. Это стало прообразом современного терапевтического гипноза.

Таким образом, месмеризм, несмотря на свою псевдонаучность, сыграл роль катализатора. Он вывел психологию из тени алхимии и медицины, доказав миру существование связи между разумом и телом, словом и эмоцией. И хотя сам Месмер закончил жизнь в забвении, его наследие живёт в каждой современной клинике гипнотерапии, в каждом сеансе релаксации и в понимании того, насколько могущественна сила человеческого ожидания.

Глава 5. Научное разоблачение магнетизма: Комиссия Людовика XVI

К концу XVIII века месмеризм захватил Европу, превратившись из медицинской практики в массовое увлечение. Париж был охвачен «магнитной лихорадкой». Пациенты сотрясались от конвульсий на сеансах, падали в обмороки или впадали в глубокий транс при виде простого дерева, помеченного как «намагниченное».

Это явление не могло остаться без внимания научного сообщества. Власти Франции решили поставить точку в споре о существовании животной магнитной жидкости. По приказу короля **Людовика XVI** была создана специальная комиссия.

Состав комиссии: Звёзды Просвещения

Комиссию возглавил человек, чьё имя сегодня ассоциируется с электричеством — **Бенджамин Франклин**. Американский учёный, дипломат и изобретатель находился тогда во Франции в качестве посла США.

В комиссию также вошли:

Антуан Лавуазье, отец современной химии;

Жозеф Гильотен, врач (позже известный по гильотине);

Жан-Сильвен Байи, астроном и историк науки.

Эти люди олицетворяли эпоху Просвещения: они верили только в то, что можно измерить и доказать экспериментом.

Методология эксперимента: Исключение переменных

Учёные подошли к делу со всей строгостью. Они понимали, что эффект может быть вызван либо реальной физической силой (*флюидами*), либо психологическими факторами. Чтобы это выяснить, они провели серию блестящих экспериментов.

Эксперимент №1: Дерево Месмера

Месмеристы утверждали, что деревья могут накапливать флюиды. На участке сада были выбраны три дерева:

Одно было «намагничено» самим Месмером.

Другое просто пометили лентой, сказав пациентам, что оно заряжено.

Третье оставили обычным.

Пациентов подводили к каждому дереву. Результаты оказались сенсационными: *пациенты испытывали сильнейшие кризы у всех трёх деревьев.* Даже когда им завязывали глаза и подводили к обычному дереву, но говорили, что оно заряжено, реакция была идентичной той, которую вызывало дерево, обработанное рукой самого Месмера.

Выводы: Реакция зависела не от физического воздействия дерева, а исключительно от слов врача и ожидания пациента.

Эксперимент №2: Слепая комната

Чтобы исключить визуальные подсказки, учёные создали «слепую комнату». Пациента помещали туда, где находились несколько предметов: некоторые якобы были намагничены,

другие нет. Врач заходил в комнату и касался этих предметов через занавесь, произнося внушения.

Результат: пациент реагировал на слова и прикосновения врача, независимо от того, был ли предмет действительно «заряжен». Когда врач притворялся, что касается предмета, но на самом деле держал руку над пустым местом, пациент всё равно чувствовал «поток флюидов».

Главный вывод: Роль воображения и критического фактора

Доклад комиссии, опубликованный в августе 1784 года, стал эпохальным событием. Учёные пришли к единодушному заключению:

«Ни один факт не доказывает существование животного магнетизма... Исцеления происходят благодаря силе воображения пациентов и их доверчивости.»

Они ввели понятие **критического фактора** (хотя сам термин появился позже). Это барьер сознания, который фильтрует информацию. Во время сеансов месмеризма этот фильтр отключался под воздействием атмосферы, музыки и авторитета врача. Без этого барьера внушение попадало напрямую в подсознание, вызывая физические реакции.

Последствия доклада

Доклад нанёс сокрушительный удар по репутации Франца Антона Месмера. Его объявили шарлатаном, а его теорию — псевдонаучной. Сам Месмер покинул Францию и закончил жизнь в забвении.

Однако доклад имел колоссальное положительное значение для психологии. Он впервые научно зафиксировал феномен **психосоматики**: влияние психических процессов на физическое состояние тела. Он показал, что слово врача обладает огромной силой исцеления, даже если за ним не стоит никакой магии.

Именно этот доклад положил начало научному изучению гипноза. Ученик Месмера, маркиз де Пюисегюр, продолжил исследования, отбросив мистику и сосредоточившись на состоянии глубокого транса (**сомнамбулизме**), которое он открыл. Именно эти работы стали фундаментом для развития терапевтического гипноза в XIX веке.

Таким образом, комиссия Бенджамина Франклина, хотя и похоронила теорию животного магнетизма, открыла дверь в новую область знаний — изучение силы человеческого разума и механизмов внушения.

Глава 6. Аббат Фариа и сила внушения

История изучения гипноза — это не только летопись триумфов и открытий, но и хроника ожесточенных споров, в которых рождалась истина. Если Франц Месмер открыл дверь в мир измененных состояний сознания, то португальский аббат Жозе Кустодио де Фариа первым шагнул за эту дверь, оставив позади мистический туман флюидов и животного магнетизма. Он был фигурой трагической, эксцентричной и абсолютно революционной для своего времени. Именно Фариа совершил концептуальный переворот: он перенес источник гипнотической силы извне — из космоса и магнитов — внутрь самого человека.

Жозе Кустодио де Фариа родился в 1746 году в Гоа, тогда еще португальской колонии в Индии. Его отец, человек незаурядной воли, посвятил жизнь борьбе за независимость своей родины. Юный Жозе с детства впитал идеи свободы, человеческого достоинства и презрения к слепому подчинению авторитетам. В 1780 году он прибывает в Париж, где получает теологическое образование и становится аббатом. Однако сутаны он предпочитает просторные восточные одеяния, а церковную кафедру — шумные залы аристократических салонов. Фариа был великолепным фехтовальщиком, блестящим шахматистом и человеком энциклопедических знаний. Но главной его страстью стала тайна человеческого разума, с которой он познакомился в Индии, наблюдая за практиками йогов и факиров.

В Париже конца XVIII века безраздельно царил Месмер. Его теория универсального магнетического флюида казалась незыблемой. Считалось, что оператор (магнетизер) — это лишь проводник космической энергии, который «намагничивает» воду, деревья и самих пациентов.

Фариа, обладая острым умом индийского логика и скептицизмом ученого, не мог принять эту концепцию. Он видел то, чего не хотели замечать последователи Месмера: одни люди впадали в транс мгновенно, другие не поддавались никаким пассам, а третьи засыпали просто от усталости или страха перед авторитетным врачом.

Фариа начал свои публичные опыты в 1813 году, в самый разгар наполеоновских войн, когда парижское общество жаждало зрелищ. Его сеансы проходили в зале на улице Клиши и собирали толпы. В отличие от Месмера, который прятался в темноте, окутанный тайной, Фариа действовал открыто, почти театрально. Он выходил к публике в своем ярком восточном халате, садился на высокий стул перед добровольцем и произносил свою знаменитую команду, звучавшую как удар хлыста: «Спи!» (по-французски — *Dormez!*).

В этом коротком слове заключалась вся философия аббата. Никаких пассов руками, никаких намагниченных банок, никаких таинственных пассов над телом. Фариа утверждал, что магнетизма не существует. Существует лишь **внушение**. Гипноз, который он называл «люцидным сном», — это не болезнь и не воздействие внешней силы. Это естественная способность человеческой психики концентрировать свое внимание до такой степени, что сознание временно уступает место подсознанию, становящемуся невероятно восприимчивым к слову.

«Сон не в вас, — говорил он, обращаясь к скептикам, — сон в моем слове, которое я вкладываю в ваш разум. Если вы не хотите спать, вы не уснете. Я не магнетизирую вас, я лишь предлагаю вашему духу отдохнуть».

Фариа первым ввел в научный обиход понятие **внушаемости**. Он разделил всех людей на три категории. Первые — «сомнамбулы по призванию». Это люди с подвижной, впечатлительной нервной системой, способные впасть в глубокий транс от одного лишь слова. Они составляли лишь малую часть аудитории. Вторые — «трудноусыпляемые». Им требовалось время, монотонность, фиксация взгляда и многократное повторение команды. Чтобы погрузить такого человека в транс, Фариа просил его смотреть в свои глаза, не мигая, в полной тишине, пока веки испытуемого не нальются свинцом. Это была чистая физиология утомления глазных мышц, помноженная на психологическое ожидание сна. Третьи — «неусыпляемые». Люди с сильной волей, скептики, прагматики. Фариа никогда не пытался их сломить. Он публично признавал их невосприимчивость, чем приводил в ярость своих оппонентов-месмеристов, которые считали, что при должном усердии загипнотизировать можно кого угодно. Для Фариа же индивидуальная восприимчивость была таким же фактом природы, как цвет глаз или рост.

Сеансы аббата были настоящим психологическим театром. Когда доброволец закрывал глаза и его тело обмякало в кресле, Фариа начинал диалог с его подсознанием. Он не заставлял людей кукарекать или лаять, как это делали позже ярмарочные гипнотизеры. Его эксперименты носили глубокий интеллектуальный характер. Он мог внушить человеку, что тот находится на берегу Ганга, и испытуемый начинал вдыхать воображаемый аромат специй и слышать шум прибоя. Он мог перенести его в зимний сад Лувра, и человек ежился от воображаемого холода.

Одним из самых поразительных его открытий стала анестезия. За десятилетия до официального внедрения эфирного наркоза Фариа демонстрировал на своих сеансах безболезненные хирургические операции. Он внушал испытуемому, что тот не чувствует боли, и люди выдерживали проколы кожи, разрезы и даже удаление зубов с абсолютным стоицизмом, не издавая ни звука. Парижская медицинская академия смотрела на это с ужасом и недоверием. Признать правоту восточного священника означало разрушить всю стройную, хотя и ошибочную, теорию животного магнетизма.

Научный истеблишмент объявил войну Фариа. Его обвиняли в шарлатанстве, в тайном сговоре с ассистентами, в использовании опиатов. В ответ аббат устраивал сеансы с абсолютными скептиками, приводил людей с завязанными глазами, чтобы исключить визуальные подсказки, и всегда побеждал. Его главным оружием была логика. В своей книге «О причине

ясного сна и способе его вызывать» (1819 год) он методично, пункт за пунктом, разбивал теорию флюидов. Он доказывал, что если убрать слово, убрать авторитет оператора и убрать веру самого пациента, никакой «магнетизм» не сработает.

Трагическая ирония судьбы заключалась в том, что человек, учивший людей свободе воли и власти разума над телом, сам стал жертвой политической тирании. Будучи сыном революционера и обладая неуживчивым характером, Фариа примкнул к республиканским заговорщикам. В 1816 году он был арестован и заключен в государственную тюрьму Бастилию, а затем переведен в замок Иф — ту самую мрачную крепость, которая позже станет всемирно известной благодаря роману Александра Дюма.

В каменном мешке замка Иф, в абсолютной темноте и сырости, аббат Фариа не сошел с ума. Он превратил свою одиночную камеру в лабораторию. Лишенный аудитории, он начал практиковать самогипноз и аутотренинг. Чтобы не потерять рассудок, он часами мысленно путешествовал по залам своего индийского детства, восстанавливал в памяти шахматные партии, читал наизусть огромные отрывки из Вергилия и Библии. Он научился управлять своим пульсом, замедлять дыхание до состояния, близкого к летаргии, и полностью отключать восприятие боли от холода и голода. Его тело было заперто в каменной клетке, но его сознание оставалось абсолютно свободным. Именно эти годы в заточении превратили интуитивные догадки Фариа в стройную систему ментальной саморегуляции.

В 1819 году, благодаря заступничеству влиятельных друзей, Жозе Кустодио де Фариа был освобожден. Но Париж уже забыл о нем. Мода на месмеризм прошла, а новая наука о внушении еще не родилась. Аббат умер в 1819 году в полной нищете, от сердечного приступа прямо на улице. Говорят, его последними словами, обращенными к случайному прохожему, было: «Смотрите мне в глаза…»

Значение Фариа для современной гипнологии невозможно переоценить. Он был неудобным гением, опередившим свое время почти на полвека. Во-первых, он окончательно демистифицировал гипноз, очистив его от шелухи оккультизма. Он показал, что ключ к трансовым состояниям лежит не в звездах и не в магнитах, а в словах и в готовности психики на них ответить. Во-вторых, он открыл дорогу Нансийской школе гипноза (Бернгейму и Льебо), которая в 1880-х годах провозгласит: «Нет гипноза, есть только внушение». В-третьих, он первым четко разделил гипноз как психотерапевтический инструмент и сценический гипноз как развлечение, заложив основы медицинской этики в этой области.

Сегодня, когда мы говорим о когнитивно-поведенческой терапии, о силе аффирмаций, о плацебо-эффекте или о нейролингвистическом программировании, мы, сами того не осознавая, ходим по тропам, которые в темноте парижских салонов и сырости замка Иф проложил португальский аббат. Он доказал, что самая мощная магнетическая сила во Вселенной заключена в человеческой вере, а самое глубокое путешествие в подсознание начинается с простой, но авторитетно произнесенной команды: «Спи!»

Глава 7. Джеймс Брейд — рождение научного гипноза

Если эпоха Месмера была временем алхимии и мистических флюидов, а время аббата Фариа — периодом интуитивных прозрений и психологического бунта, то середина XIX века требовала порядка, скальпеля и микроскопа. На сцену выходит фигура, которой суждено было вырвать изучение измененных состояний сознания из рук ярмарочных магнетизеров и салонных шарлатанов, поместив его в стерильную, освещенную газовыми рожками лабораторию строгой науки. Этим человеком стал шотландский хирург Джеймс Брейд — человек кристальной честности, холодного ума и железной воли, который, сам того не желая, подарил миру термин, переживший столетия.

Джеймс Брейд родился в 1795 году в небольшом шотландском городке Фолкерк. Он был плоть от плоти эпохи Просвещения и промышленной революции. Получив блестящее медицинское образование в Эдинбургском университете, Брейд стал успешным хирургом в Манче-

стере. Его интересовали анатомия, физиология, механика человеческого тела. Он был типичным представителем британского эмпиризма: для него не существовало ничего, что нельзя было бы измерить, взвесить или логически доказать. Он не верил в чудеса, призраков и магнетические жидкости. Когда в 1841 году в его кабинет вошли друзья и с горящими глазами начали рассказывать о чудесном «магнетическом сеансе», проходившем в доме местного аристократа, Брейд отреагировал с характерным для шотландца сарказмом. Он назвал это чистейшим шарлатанством и собрался было написать разгромную статью в газету.

Однако профессиональная добросовестность взяла верх. Прежде чем критиковать, ученый обязан был увидеть эксперимент своими глазами. Неделю спустя Брейд посетил сеанс некоего швейцарского странствующего магнетизера по фамилии Лафонтен. То, что он увидел, перевернуло его мировоззрение и определило вектор его научных интересов на следующие пятнадцать лет.

На сцене находился человек, которому Лафонтен несколько минут пристально смотрел в глаза, водя перед ними золотыми часами на цепочке. Вскоре веки испытуемого сомкнулись, тело обмякло, а дыхание стало глубоким и редким. Лафонтен уколол его булавкой — человек не отреагировал. Он приказал ему поднять тяжелую руку, а затем внушил, что рука стала свинцовой — конечность упала на подлокотник как камень.

Брейд, привыкший препарировать ткани, смотрел не на «чудо», а на физиологию. Он заметил, как судорожно, до появления слез, испытуемый пытался сфокусировать взгляд на блестящем предмете. Он видел признаки крайнего утомления глазных мышц. И в этот момент в голове хирурга щелкнула первая гипотеза: это не магнетизм извне. Это состояние, вызванное самим организмом в ответ на специфический раздражитель. Это физиологический и психологический процесс, а не мистический.

Вернувшись домой, Брейд решил немедленно воспроизвести эксперимент. В качестве подопытного он выбрал своего пациента — ткача, страдавшего от сильнейшего нервного тика и контрактуры мышц руки, которые не поддавались традиционному лечению. Брейд усадил его в кресло, велел смотреть вверх, на кухонный буфет, и зафиксировать взгляд на одной точке. Прошло несколько минут. Глаза ткача начали слезиться, веки отяжелели и закрылись.

Брейд не стал использовать слово «сон». Он не был месмеристом. Будучи человеком науки, он обратился к греческому языку, который в то время был международным языком медицины. Бог сна в греческой мифологии — Гипнос. Брейд назвал это состояние **гипнотизмом** (от греч. *hypnos* — сон), полагая, что имеет дело с искусственно вызванным сном. Позже он будет многократно жалеть об этом термине, так как гипноз не имеет ничего общего с обычным физиологическим сном, но слово оказалось настолько точным и прилипчивым, что осталось в науке навсегда.

Начался период жестких, систематических экспериментов, которые Брейд проводил в своей манчестерской гостиной, превратив ее в лабораторию. В отличие от Месмера, скрывавшегося в темноте, Брейд работал при ярком свете, приглашая на свои сеансы врачей, скептиков, журналистов и священников. Он протоколировал каждый опыт.

Первым делом Брейд опроверг теорию аббата Фариа о «люцидном сне». Он доказал, что для погружения в транс не нужно спать. Более того, в глубоком гипнотическом состоянии у человека могут быть открыты глаза, он может двигаться и разговаривать. Физиологически это состояние ближе к бодрствованию с экстремально суженным, сфокусированным полем внимания.

Брейд выделил три ключевых фактора, вызывающих это состояние, которые актуальны в гипнотерапии и по сей день:

Монотонная визуальная фиксация. Длительное смотрение на блестящий предмет (он использовал стеклянную призму или свой ланцет) приводит к параличу глазных мышц, спазму сосудов сетчатки и, как следствие, к истощению нервной системы.

Физическое утомление и расслабление. Удобное кресло, тишина, отсутствие внешних раздражителей.

Психологическое ожидание и концентрация. Брейд понял, что воля испытуемого играет колоссальную роль. Человек должен *желать* или, по крайней мере, *допускать* возможность погружения в это состояние. Это был первый шаг к пониманию идеодинамики — идеи о том, что мысль может вызывать рефлекторное движение мышц.

Шотландец был блестящим физиологом. Он первым начал измерять пульс, температуру тела и частоту дыхания у загипнотизированных. Он обнаружил, что в глубоком трансе пульс замедляется, а чувствительность к боли (аналгезия) может снижаться до нуля. В эпоху, когда хлороформ только начинал свой путь в хирургии, Брейд демонстрировал операции под гипнотической анестезией. Он ампутировал пальцы, вскрывал нарывы и удалял зубы, внушив пациентам полное отсутствие боли. Его отчеты, опубликованные в медицинских журналах, вызвали шок в британском врачебном сообществе.

Однако Брейд не был бы собой, если бы остановился на чистой физиологии. Он копал глубже. Именно он первым сформулировал концепцию, которая сегодня лежит в основе нейробиологии: **идеомоторный акт**.

Брейд проводил простой, но гениальный эксперимент. Он внушал загипнотизированному человеку, что его рука становится невесомой и начинает медленно подниматься к потолку. Рука действительно поднималась. Но когда Брейд просил испытуемого очнуться и объяснить, что произошло, человек говорил: «Я не хотел этого делать, рука поднялась сама».

Брейд доказал, что яркая, детализированная мысль или образ (идея) неизбежно вызывает микроскопические, а затем и вполне заметные мышечные движения (моторику), если сознание не ставит этому осознанный блок. Когда мы представляем кислый лимон, у нас выделяется слюна — это и есть идеомоторный акт. Когда мы боимся упасть, наши колени инстинктивно подгибаются. Брейд понял, что гипноз — это состояние, в котором этот барьер между мыслью и рефлекторным действием становится прозрачным. Внушение работает, потому что мозг в трансе воспринимает воображаемую реальность как объективную и отдает телу соответствующие команды.

Развивая свою теорию, Брейд пришел к термину **«двойственное сознание»** или «моноидеизм». Он утверждал, что в обычном состоянии наш разум подобен бурлящему котлу, где одновременно варятся сотни мыслей, воспоминаний, страхов и внешних сигналов. Внимание рассеяно. Гипноз же сужает это поле до одной-единственной идеи (моноидеи). Все остальные отделы мозга как бы уходят в тень, засыпают. Оставшаяся на поверхности идея становится абсолютным диктатором. Если эта идея — «ваша рука не чувствует боли», мозг перестает обрабатывать болевые сигналы от нервов. Если эта идея — «вы весите сто килограммов», мышцы атлета не смогут поднять даже пустой стакан.

К концу 1840-х годов Брейд окончательно разочаровался в термине «гипнотизм». Он видел, что слово «сон» вводит всех в заблуждение. Он пытался переименовать свое детище в «монодеизм» или «нейрогипнологию» (воздействие на нервную систему через психологию), но было поздно. Имя «Гипнос» уже прочно закрепилось за явлением.

Его главный труд, «Магнетизм, гипнотизм, электробиология и металлотерапия» (1843), стал библией нового, научного подхода. В этой книге Брейд методично, с таблицами, графиками и историями болезней, уничтожал миф о животном магнетизме. Он показал, что пассы рук Месмера — это лишь ритуал, помогающий сфокусировать внимание пациента. Что банки и намагниченная вода — плацебо. Что настоящий инструмент врача — это его голос, авторитет и способность вызывать у пациента состояние суженного сознания.

Трагедия Джеймса Брейда заключалась в том, что он опередил свое время на полвека. Британская медицинская ассоциация, консервативная и высокомерная, встретила его открытия с ледяным презрением. Признать, что разум может управлять болью без наркотиков, озна-

чало пошатнуть основы материалистической медицины того времени. Кроме того, гипноз все еще был сильно запятнан ассоциациями с эстрадными трюками и мистикой.

Брейд умер в 1860 году, работая над очередной статьей до последнего часа. На долгие годы его имя оказалось в тени. Во Франции тем временем разгоралась битва двух школ — нансийской (Бернгейм, утверждавший вслед за Брейдом, что все дело во внушении) и сальпетриерской (Шарко, вернувший гипнозу статус неврологической болезни и истерии). Ирония заключалась в том, что французы, заново открывая гипноз, пришли ровно к тем же выводам, которые шотландец Джеймс Брейд сделал за двадцать лет до них.

Наследие Брейда колоссально. Он первым применил к гипнозу научный метод. Он отделил психологию от физики, а веру — от суеверия. Он доказал, что транс — это не потеря контроля, а, напротив, его экстремальная концентрация.

Сегодня, когда нейробиологи с помощью фМРТ-сканеров изучают активность мозга во время гипнотического сеанса, они видят ровно то, что предсказывал человек со скальпелем и стеклянной призмой в полутемной гостиной Манчестера: резкое снижение активности в передней поясной коре (отвечающей за критическое мышление и сомнения) и усиление связи между зоной, где рождается приказ, и двигательной зоной. Джеймс Брейд не просто дал гипнозу имя. Он вернул человеческому разуму его подлинную, пугающую и величественную силу, доказав, что самые глубокие тайны подсознания подчиняются законам биологии и психологии, которые можно изучить, измерить и поставить на службу человеку.

Глава 8. Гипноз в медицине XIX века

Девятнадцатый век стал для медицины временем тектонического сдвига. Эпоха, начавшаяся с кровопусканий, лечения пиявками и теорий о «застоявшихся гуморах», завершалась открытием микробной теории, асептики и рентгеновских лучей. На фоне этой бурной технологической революции гипноз выглядел парадоксально: это был метод, не требующий ни скальпеля, ни аптеки, ни сложного оборудования. Он опирался лишь на самый сложный и капризный инструмент в истории — человеческий разум. И именно в XIX столетии этот инструмент впервые был признан полноценной операционной системой для управления телом.

После того как Джеймс Брейд вырвал гипноз из объятий месмерического мистицизма, подарив ему статус «нейрогипнологии», эстафету подхватила Франция. Эта страна, всегда склонная к драматизму и широким жестам, превратила изучение транса в грандиозное интеллектуальное и театральное сражение двух титанов парижской неврологии: Жана-Мартена Шарко и Ипполита Бернгейма. Их спор определил судьбу гипнотерапии на столетие вперед.

Сальпетриерская школа: Гипноз как симптом болезни

Жан-Мартен Шарко, «Наполеон неврозов», возглавлял отделение в парижской больнице Сальпетриер. Это был храм неврологии, где под одной крышей доживали свой век дряхлые старики, калеки и молодые женщины, страдающие истерией. Шарко был человеком строгим, блестящим диагностом и сторонником жесткой классификации. Для него истерия была не выдумкой, а реальной, тяжелой неврологической патологией, имеющей свои физические маркеры.

В 1878 году Шарко начал систематически применять гипноз к своим пациенткам. Его выводы были ошеломляющими для того времени. Он заявил, что гипноз — это не искусственное состояние, вызванное врачом, а патологическое явление, свойственное самой истерии. Загипнотизировать можно только истеричку. Здорового человека ввести в транс невозможно — его можно лишь утомить фиксацией взгляда, как учил Брейд, но это будет не гипноз, а симуляция.

Шарко выделил три стадии гипнотического истерического приступа:

Летаргическая: глубокое оцепенение, мышечная ригидность, отсутствие реакции на боль.

Каталептическая: восковая гибкость (каталепсия). Тело пациента можно было изгибать в неестественных позах, как манекен, и поза сохранялась.

Сомнамбулическая: высшая точка транса. Глаза открыты, пациентка активна, способна выполнять сложные команды, демонстрирует гипермнезию (вспоминает мельчайшие детали прошлого) и галлюцинации.

Сеансы Шарко напоминали театральные премьеры. В зал, заполненный студентами, журналистами и заинтригованными дамами из высшего света, вводили пациенток. Под сводами Сальпетриер звучали резкие команды, раздавался лязг гонга, внезапно вспыхивал яркий свет. Шарко демонстрировал, как с помощью металлического ключа, приложенного к определенным участкам тела (так называемые «истерогенные зоны»), он может вызвать или прекратить приступ, паралич или слепоту.

Для медицины XIX века это было откровением. Шарко доказал, что симптомы, считавшиеся симуляцией или пороком воли (например, истерическая слепота или паралич ноги), имеют под собой реальную физиологическую основу — временный «очаг торможения» в коре головного мозга. Гипноз позволял не только вызывать эти симптомы по желанию, но и убирать их. Это был первый шаг к пониманию психосоматики: мысль, эмоция или внушение могли физически перекрывать нервные импульсы.

Нансийская школа: Гипноз как сила слова

В то же время, в ста милях от Парижа, в тихом университетском городе Нанси, работали профессора Ипполит Бернгейм и Амбруаз Льебо. Льебо, бывший сельский врач, начал использовать гипноз еще в 1860-х годах, леча рабочих от ревматизма и бессонницы. Он был убежден, что сон — это естественное состояние восстановления, и искусственное погружение в него ускоряет заживление.

Бернгейм, придя к Льебо, превратил его практику в строгую науку. В 1884 году вышла его книга «О внушении и его применении в терапии», которая стала манифестом Нансийской школы. Бернгейм нанес сокрушительный удар по теории Шарко. Он утверждал: «Нет гипноза, есть только внушение».

Для нансийцев транс не был болезнью. Это было временное изменение режима работы внимания, которое можно вызвать у 80–90% населения, если они не оказывают активного сопротивления. Сальпетриерские «истерогенные зоны» Бернгейм объявлял результатом внушения: пациентки просто верили, что прикосновение ключа вызовет боль, и их мозг послушно генерировал эту боль.

Нансийская школа вернула медицине концепцию, заложенную еще аббатом Фариа и Брейдом, но возвела ее в абсолют. Внушение стало универсальным терапевтическим ключом. Если Шарко лечил истерию как неврологический дефект, то Бернгейм лечил симптомы как ошибочные идеи, застрявшие в подсознании.

Операционная без хлороформа

Самым мощным аргументом в споре школ, который бил по скептицизму любой степени тяжести, стала хирургическая практика. XIX век — это век боли. До появления эфира и хлороформа операции были актами чудовищной жестокости, где скорость хирурга измерялась секундами, а пациенты умирали от болевого шока.

Гипноз предложил альтернативу. В 1840-х годах британский хирург Джеймс Эсдейл провел в Индии более тысячи операций (включая удаление катаракты и ампутации) под гипнотической анестезией. Его отчеты, где пациенты спокойно курили трубки или читали газеты, пока им вскрывали брюшную полость, казались фантастикой.

Во Франции эстафету подхватили последователи Льебо. Доктор Августин Амбруаз в 1880-х годах провел сотни операций в Нанси. Он гипнотизировал пациентов до состояния полной аналгезии, делал разрезы, удалял опухоли, вправлял грыжи. Пациенты не двигались, их пульс оставался стабильным. В отличие от химического наркоза, который часто вызывал рвоту, удушье и последующую депрессию, гипнотическая анестезия оставляла после себя лишь чувство бодрости.

Медицинская элита Лондона и Парижа долго сопротивлялась. В 1891 году Британская медицинская ассоциация выпустила разгромный доклад, назвав гипноз «ненаучным и опасным». Однако факты были упрямы: на полях франко-прусской войны и позже, в полевых госпиталях, врачи снова и снова возвращались к внушению, когда запасы морфия и эфира заканчивались.

Война с болью и инфекцией

Помимо хирургии, гипноз нашел широкое применение в терапии. В XIX веке медицина практически не владела фармакологией для лечения функциональных расстройств.

Наркология: доктора начали использовать внушение для лечения алкоголизма и опиумной зависимости. Пациенту внушали отвращение к запаху спиртного или вызывали тошноту при одной мысли о рюмке. Это были примитивные, но работающие формы аверсивной терапии.

Дерматология: выяснилось, что внушением можно влиять на кровообращение в капиллярах кожи. Врачи успешно лечили застарелые язвы, бородавки и даже некоторые формы экземы, просто приказывая коже «зажить» и «очиститься». Это наглядно демонстрировало власть центральной нервной системы над местной трофикой тканей.

Неврология: гипноз стал главным инструментом для изучения истерических параличей, контрактур и слепоты. Шарко, желая доказать свою правоту, невольно создал лучшую базу для понимания того, как мозг проецирует психологический конфликт на физическое тело.

Рождение психоанализа

Самым важным, хотя и косвенным, вкладом гипноза в медицину XIX века стало рождение психоанализа. В 1880-х годах молодой венский врач Йозеф Брейер лечил пациентку, вошедшую в историю под именем Анна О. (Берта Паппенгейм). Она страдала от тяжелейшего спектра истерических симптомов: паралича правой руки, расстройства зрения, отвращения к пище и нарушения речи.

Брейер обнаружил, что в состоянии легкого самогипноза (который она называла «прочисткой дымохода») пациентка способна вспомнить травмирующее событие, предшествовавшее появлению конкретного симптома. Как только она заново переживала эту эмоцию и проговаривала ее (катарсис), симптом исчезал.

Позже эту методику взял на вооружение Зигмунд Фрейд. Его первые годы в психиатрии прошли под знаком гипноза. Именно из попыток заглянуть в подсознание загипнотизированного пациента, чтобы найти там вытесненную травму, вырос весь психоанализ. Гипноз стал для Фрейда строительными лесами, которые он отбросил, построив здание новой науки о душе.

К концу XIX века гипноз в медицине пережил свой первый расцвет и первое охлаждение. С открытием асептики, развитием настоящей хирургии и появлением первых антибиотиков (вакцинации) врачи увлеклись материальными методами лечения. Гипноз казался слишком туманным, слишком зависимым от личности врача и личности пациента.

Однако фундамент был заложен. XIX век доказал европейской медицине три неоспоримых факта:

Психика способна полностью отключать физическую боль.

Эмоциональный стресс может вызывать органические поражения тканей.

Слово врача может быть таким же мощным лекарством, как и порошок в аптечной склянке.

Медицина XX века, вооружившись электроэнцефалографами и томографами, лишь подтвердила то, что врачи в темных палатах Сальпетриер и светлых кабинетах Нанси узнали эмпирически, вслушиваясь в дыхание своих пациентов: между мыслью и плотью существует неразрывная, двусторонняя связь, и ключ к управлению телом часто лежит в лабиринтах подсознания.

Глава 9. Парижская школа и Жан-Мартен Шарко: Театр истерии

Вторая половина XIX века. Париж переживает эпоху Второй империи и Третьей республики, эпоху барона Османа, перестроившего город, эпоху Эйфеля и Пастера. Это время культа науки, разума и классификаций. На фоне индустриализации и стремительного прогресса медицина пытается навести такой же строгий порядок в хаосе человеческого тела. И нет места в Париже, где этот порядок насаждался бы с большей имперской мощью, чем в больнице Сальпетриер.

Изначально Сальпетриер, основанный еще при Людовике XIV как приют для нищих и престарелых женщин, был городом в городе — мрачным лабиринтом на 4000 коек. К середине XIX века он превратился в Мекку европейской неврологии. А его полновластным хозяином, императором этого царства нервных болезней, был Жан-Мартен Шарко.

Шарко был фигурой монументальной. Современники описывали его как человека с пронзительным взглядом, властными манерами и безупречным чувством стиля. Он не просто лечил — он диагностировал. Для Шарко медицина была прежде всего искусством наблюдения. Он мог поставить сложнейший диагноз по одному лишь положению большого пальца ноги пациента или по специфическому оттенку кожи. Придя в Сальпетриер, он нашел там огромное скопище женщин, чьи болезни веками считались либо божественной карой, либо симуляцией, либо распущенностью. Шарко увидел в них клинический материал. Он начал систематизировать «истерию», превратив ее из расплывчатого понятия в четкий неврологический диагноз.

Лаборатория живого тела

Шарко создал в Сальпетриере уникальную систему. Каждый вторник в его клинике проходили знаменитые «демонстрационные уроки». В амфитеатр, напоминающий античный театр, набивались сотни людей: маститые профессора со всей Европы, студенты-медики, писатели (среди завсегдатаев были Эмиль Золя, Ги де Мопассан и молодой Марсель Пруст), художники и просто любопытствующая публика.

На сцену, в ярком свете газовых ламп, выводили пациенток. Это были женщины с самыми тяжелыми формами истерии, параличей и конвульсий. Шарко, стоя у кафедры, напоминал дирижера. Он не просто читал лекцию — он управлял симптомами своих пациенток, как музыкант управляет оркестром.

Именно Шарко окончательно закрепил за истерией статус реальной, объективной патологии. До него считалось, что истерички «истерят» — то есть симулируют или просто не могут взять себя в руки. Шарко доказал обратное с помощью неопровержимого для того времени аргумента: гипноза. Он утверждал, что истерия и гипноз — это родные сестры, два проявления одного и того же патологического процесса в нервной системе. Загипнотизировать можно только истерика. Здорового человека можно утомить фиксацией взгляда, но это будет лишь усталость, а не истинный транс.

Три стадии Шарко

Шарко был человеком строгой систематизации. Он отверг туманные теории Месмера о магнетических флюидах и предложил физиологическую модель. По его мнению, истерия — это функциональное поражение нервной системы, «динамическая лезия», очаг торможения в коре головного мозга, который блокирует прохождение нервных импульсов. Гипноз же — это искусственно вызванное воспроизведение этого патологического состояния.

Он выделил три последовательные стадии гипнотического состояния, которые демонстрировал на своих пациентках с пугающей наглядностью:

Летаргия (Léthargie). Первая стадия наступала почти мгновенно после нескольких пассов руками или фиксации взгляда. Тело пациентки обмякало, мышцы теряли тонус. Если Шарко поднимал руку женщины и отпускал ее, она падала как плеть. Любое резкое воздействие — звук, свет, укол — вызывало гипертонус, превращая конечность в негнущуюся палку. Это было состояние глубокого, мертвецкого оцепенения.

Каталепсия (Catalepsie). Переход на вторую стадию происходил по команде профессора. Тело пациентки приобретало феномен «восковой гибкости» (*flexibilitas cerea*). Шарко мог согнуть руку женщины под неестественным углом, придать ее телу любую, самую причудливую позу, и она застывала в ней, подобно античной статуе. Если он поднимал ее веки, зрачки оставались неподвижными, зафиксированными в одной точке. В этой стадии Шарко демонстрировал «истерогенные зоны» — небольшие участки на коже, прикосновение к которым вызывало мгновенный переход из каталепсии в летаргию или наоборот, а также локальные параличи.

Сомнамбулизм (Somnambulisme). Высшая и самая драматичная стадия. Глаза пациентки открывались. Она выглядела абсолютно бодрой, могла ходить, разговаривать и отвечать на вопросы. Но ее сознание было расщеплено. Шарко демонстрировал поразительные феномены:

Амнезия: проснувшись, женщина не помнила ничего из того, что происходило на сцене.

Положительные и отрицательные галлюцинации: по команде Шарко она могла «видеть» в зале своего давно умершего отца или, наоборот, «не видеть» стула, стоящего прямо перед ней, и пытаться сесть на пол.

Сужение сознания: пациентка была полностью сконцентрирована на личности гипнотизера, игнорируя весь остальной мир.

Перенос (перенесение): Шарко показал, что эмоции, которые пациентка испытывала к врачу в трансе, она могла перенести на любой другой объект в зале.

Анатомия эмоции

Главным вкладом Шарко в медицину стало доказательство того, что психика имеет физическую проекцию. До него разрыв между душой (психикой) и телом (нервами) казался непреодолимым. Шарко построил мост.

Он наглядно демонстрировал, как идея, эмоция или воспоминание могут парализовать руку, ослепить глаз или вызвать судорогу. Когда он внушал загипнотизированной женщине, что к ее руке прикладывают раскаленное железо, а на самом деле касался ее холодным ключом, на коже через несколько минут выступал настоящий ожог (феномен стигматизации). Нервная система, получив команду от мозга, расширяла сосуды и запускала воспалительную реакцию на абсолютно невинный предмет.

Это был триумф психосоматики. Шарко доказал, что «нервный удар» (как тогда называли инсульт) и «истерический удар» (паралич при истерии) могут выглядеть абсолютно одинаково с точки зрения неврологического осмотра. Разница лишь в причине: в первом случае разрушена ткань мозга, во втором — нарушена лишь ее функция под влиянием запредельного стресса или самовнушения.

Великий спор: Шарко против Нанси

Авторитет Шарко в 1880-е годы был непререкаем. Сальпетриерская школа стала мировым центром неврологии. Однако у этой стройной теории была одна трещина, которая со временем превратилась в пропасть. Если гипноз — это симптом истерии, а истерией страдают далеко не все, то почему в руках ассистентов Шарко в транс впадали горничные, студенты и почтенные буржуа, не имеющие никаких признаков нервных болезней?

Эту трещину использовали ученые из Нанси — Ипполит Бернгейм и Амбруаз Льебо. Они утверждали: «Нет гипноза, есть только внушение». Для них транс был нормальным психологическим состоянием повышенной внушаемости, а не патологией.

Спор достиг апогея в 1889 году на Международном конгрессе по психологии. Бернгейм приехал в Париж и публично бросил вызов Шарко. В амфитеатре Сальпетриер, перед лицом самого мэтра и его учеников, Бернгейм вызвал из зала нескольких случайных студентов, никогда не страдавших истерией, и за несколько минут погрузил их в глубокий транс, заставив выполнять сложнейшие команды.

Это был сокрушительный удар по физиологической теории Шарко. Пытаясь спасти свою модель, Шарко и его главный ученик Жиль де ля Туретт начали утверждать, что Бернгейм имеет дело с «истериками скрытого типа». Но научное сообщество уже качнулось в сторону Нанси. Стало очевидно, что решающую роль играет не «поражение нервов», а слово врача и готовность пациента ему подчиниться.

Наследие мастера

Несмотря на поражение в споре о природе транса, вклад Шарко в медицину невозможно переоценить. Его работа в Сальпетриере стала фундаментом современной неврологии.

Именно Шарко первым детально описал и классифицировал множество заболеваний, которые до него считались одной большой «нервной кашей». Он выделил в отдельную болезнь боковой амиотрофический склероз (который до сих пор носит его имя — болезнь Шарко), описал рассеянный склероз и болезнь Паркинсона в их современном понимании.

Но, пожалуй, самым важным косвенным результатом его работы стало рождение психоанализа. В 1885 году в Сальпетриер на стажировку приехал молодой венский врач Зигмунд Фрейд. Он боготворил Шарко. Наблюдая за тем, как профессор превращает слепоту в зрячесть, а паралич — в движение одним лишь словом, Фрейд понял: симптомы имеют смысл. За ними стоит не разрушенный нерв, а скрытая психическая драма.

Фрейд видел то, на что Шарко, увлеченный физиологией, закрывал глаза: что «истерогенные зоны» — это не просто рефлексы, а карты душевной боли. Что амнезия в сомнамбулизме — это защитный механизм, вытесняющий невыносимое воспоминание. Ученик взял у учителя метод (гипноз) и идею (связь психики и тела), но пошел дальше — вглубь биографии пациента, в мир его детских травм и вытесненных желаний.

Жан-Мартен Шарко покинул этот мир в 1893 году. Его смерть стала концом целой эпохи. Эпохи, когда медицина была великой, почти театральной драмой, где гениальный наблюдатель в одиночку противостоял хаосу болезни. Шарко не смог научно объяснить природу гипноза, сведя его к патологии нервов. Но он сделал нечто гораздо более важное: он легитимизировал истерию. Он заставил медицинский мир признать, что душевная боль может быть столь же реальной и разрушительной, как перелом кости, а слово врача может быть острее любого ланцета. Парижская школа Шарко стала тем горнилом, в котором переплавились мистика месмеризма и скептицизм хирургии, породив современную науку о человеческом разуме.

Глава 10. Нансийская школа и абсолютная власть слова

Если Париж конца XIX века был ослепительной имперской столицей, где наука вершилась в мраморных амфитеатрах под звуки оваций, то Нансий представлял собой тихую, респектабельную провинцию. Здесь, в тени готического собора и среди сонных улочек, вдали от блеска Сальпетриерской клиники, разворачивалась революция, которая навсегда изменила понимание человеческой психики. Это была революция здравого смысла, скальпеля, отрицающего собственную сталь, и простого утверждения: «Нет гипноза, есть только внушение».

В то время как Жан-Мартен Шарко строил грандиозную физиологическую теорию истерии, приравнивая транс к тяжелому неврологическому недугу, в Нанси два врача-практика — Амбруаз Льебо и Ипполит Бернгейм — занимались куда более приземленным, но оттого не менее чудесным делом. Они лечили людей.

Сельский врач и его «сон»

Амбруаз Август Льебо не был кабинетным теоретиком. Бывший военный медик, он осел в пригороде Нанси и посвятил себя частной практике. Его кабинет был заставлен не пробирками, а простыми деревянными креслами. Льебо был одержим идеей сна. Наблюдая за своими пациентами — рабочими, фермерами, мелкими торговцами, — он видел, как изматывающий труд и хроническая боль истощают их нервную систему.

Льебо заметил, что если пациенту удается крепко поспать, его состояние улучшается. Он начал экспериментировать. В 1860-х годах, вдохновленный работами Брейда, Льебо разрабо-

тал собственный метод. Он не делал резких пассов руками и не звонил в гонг. Он усаживал пациента в кресло, велел ему смотреть в одну точку, а затем монотонным, тихим, но властным голосом начинал твердить: «Ваши веки тяжелеют… Ваши руки наливаются свинцом… Вы засыпаете… Спите».

Льебо назвал это состояние «провоцированным сном». Он лечил им всё: ревматизм, мигрени, заикание, кожные высыпания и, что самое удивительное для того времени, алкоголизм. Его результаты были поразительными. Крестьянин, который годами не мог согнуть спину из-за «прострела», после сеанса у Льебо вставал и шел домой на своих ногах.

Льебо был эмпириком. Он не знал, как именно это работает, но он видел *что* работает. Он сформулировал первые правила внушения: оно должно быть ясным, авторитетным и эмоционально окрашенным. Он понял, что успех зависит не от магнетической силы врача, а от готовности пациента принять идею выздоровления. Однако Льебо был практиком, лишенным академического лоска. Его книги читали, но его теории оставались на периферии большой науки, пока на сцену не вышел Ипполит Бернгейм.

Архитектор убеждения: Ипполит Бернгейм

Ипполит Бернгейм был профессором медицины в Нанси. В отличие от Льебо, он обладал острым юридическим умом, блестящей логикой и талантом систематизатора. В 1882 году один из его коллег привел к нему пациента, которого успешно лечил Льебо. Бернгейм, скептик до мозга костей, был потрясен. Будучи человеком науки, он не мог поверить в «магнетизм» или «жизненный флюид», но и списать всё на случайность было невозможно.

Бернгейм начал посещать сеансы Льебо. Он сидел в углу кабинета, скрестив руки на груди, и анализировал каждое слово, каждый жест, каждую реакцию пациента. Вскоре он понял: Льебо, сам того до конца не осознавая, открыл фундаментальный закон работы человеческой психики.

Бернгейм увидел то, что Шарко в своем полумраке Сальпетриер отказывался замечать: транс — это не болезнь. Это нормальное, хотя и измененное, состояние сознания. Это состояние, в котором критический барьер, обычно фильтрующий поступающую информацию, временно ослабляет свою стражу. В этот момент любая идея, предложенная авторитетным лицом, проникает прямо в подсознание и воспринимается как объективная реальность.

В 1884 году Бернгейм публикует свой magnum opus — книгу «О внушении в гипнотическом и нормальном состоянии». Это был выстрел, положивший начало гражданской войне в европейской неврологии.

Симфония отрицания

Бернгейм провозгласил тезис, который звучал как ересь для парижской школы: «Гипнотизм не существует. Существует только внушаемость».

Для Бернгейма то, что Шарко называл «летаргией», «каталепсией» и «сомнамбулизмом», было лишь результатом выполнения команд.

Если вы внушаете человеку, что его рука окаменела, он не сможет ею двигать не потому, что у него каталепсия, а потому, что идея неподвижности стала для него абсолютной.

Если вы внушаете ему, что он спит, он сидит с закрытыми глазами и не реагирует на шум.

Если вы внушаете ему, что он не чувствует боли от укола иглой, он улыбается, потому что его мозг временно «отключил» болевой фильтр.

Бернгейм доказал это серией жестоких и элегантных экспериментов. Он брал пациентов, никогда не бывавших в Париже и не имевших понятия о теориях Шарко. Он не делал пассов, не прикладывал руки к их лбу. Он просто смотрел им в глаза и говорил: «Вы не можете открыть глаза. Ваши веки склеены. Попробуйте». Веки оставались закрытыми.

Затем он говорил: «Шарко ошибался. Никакого магнетизма нет. Вы просто спите, потому что я так сказал». Пациент открывал глаза, моргал и выглядел озадаченным. Бернгейм показал, что стадии Шарко — это не обязательные фазы болезни, а просто разные формы внуше-

ния. Если врачу нравится театральность каталепсии, он получит каталепсию. Если врачу нужен разговор, он получит сомнамбулизм.

Битва титанов: Нанси против Парижа

Спор между школами был не просто академической дискуссией. Это была битва за душу медицины. В 1889 году в Париже состоялся Первый международный конгресс по экспериментальной психологии. Это стало главным полем боя.

Бернгейм и его сторонники приехали в столицу. В амфитеатре, где обычно царил Шарко, нансийцы устроили публичную порку парижской теории. Они вызывали из зала случайных людей — студентов, врачей, репортеров. Никаких пассов, никаких блестящих предметов. Только голос. — «Смотрите на меня, — говорил Бернгейм. — Вы чувствуете тяжесть в веках. Вы не можете встать. Ваши ноги приклеены к полу». И респектабельный профессор, только что вошедший в зал, действительно не мог сдвинуться с места, краснея от натуги и собственного бессилия.

Шарко и его главный ученик Жиль де ля Туретт пытались защищаться. Они утверждали, что в зале сидят «скрытые истерики», люди с латентными поражениями нервной системы. Но аргумент выглядел жалко. Скептицизм публики, подогреваемый нансийцами, рос.

Кульминацией стал визит Бернгейма в саму больницу Сальпетриер. В присутствии Шарко он загипнотизировал одну из его «звездных» пациенток. Он внушил ей, что по выходе из транса она возьмет зонтик Шарко, откроет его и начнет маршировать по залу, распевая марсельезу. Женщина проснулась, взяла зонт, раскрыла его прямо в помещении и под изумленными взглядами светил медицины начала чеканить шаг.

Шарко был разбит. Не потому, что его методы не работали — они работали блестяще. Он был разбит потому, что его фундамент — идея о том, что гипноз является привилегией и симптомом больных нервов — оказался ложным.

Механика внушения

Победа Нансийской школы принесла в медицину понятие «внушаемости» (*suggestibilité*) как ключевой характеристики личности. Бернгейм выделил факторы, определяющие успех гипноза:

Интеллектуальная внушаемость: готовность верить в логику аргументов. «Врач знает лучше, он видит то, чего не вижу я».

Аффективная (эмоциональная) внушаемость: готовность подчиняться из чувства доверия, симпатии или страха перед авторитетом.

Бернгейм доказал, что внушение работает и вне гипноза. Эффект плацебо, который сегодня является золотым стандартом фармакологических исследований, был детально описан именно в Нанси. Если вы дадите пациенту сахарную пилюлю, но авторитетно заявите, что это новейшее обезболивающее, в 30–40% случаев боль уйдет. Мозг, получив команду, сам начнет вырабатывать эндогенные опиаты.

Это открытие имело колоссальные последствия. Оно делало медицину демократичной. Если для исцеления нужен не магнетический флюид, а лишь правильно подобранное слово, то любой врач может стать целителем, если научится владеть своей речью и понимать психологию пациента.

Тень Нанси

Парадокс истории заключается в том, что, одержав полную победу над Шарко в вопросе природы гипноза, Нансийская школа сама породила своего могильщика. В 1889 году на тот самый конгресс в Париж приехал Зигмунд Фрейд. Он прослушал лекции Бернгейма, был в восторге от его логики и купил его книгу.

Фрейд взял у Бернгейма идею о том, что психика — это система, которой можно управлять через скрытые механизмы. Но, в отличие от Бернгейма, который видел во внушении

инструмент для прямого лечения (приказал — заболело, приказал — прошло), Фрейд увидел в нем ключ к бессознательному.

Бернгейм лечил симптом, вкладывая в голову пациента новую идею («Ваша рука здорова»). Фрейд понял, что симптом — это не просто ошибка в программе, которую можно переписать. Это сообщение. Это компромисс, на который пошло подсознание. И простое внушение дает лишь временный эффект, пока конфликт не прорвется в другом месте (конверсия симптома).

К началу XX века гипноз в его классическом, нансийском понимании начал терять популярность в медицине. Врачи устали от того, что внушение не всегда работает, что пациенты «сопротивляются», а излечение часто оказывается нестойким. На смену пришел психоанализ, который предложил копать глубже.

Однако наследие Ипполита Бернгейма и Амбруаза Льебо осталось нетленным. Они вернули медицине человеческое лицо. Они доказали, что пациент — это не просто сломанная машина, а личность, чье сознание способно как разрушать тело, так и исцелять его. Они сорвали с гипноза мистическую маску, и хотя за это они заплатили потерей романтического флера, они подарили психологии ее главный предмет изучения — власть слова над человеческой судьбой.

Глава 11. Зигмунд Фрейд и гипноз: Путь от магнетизма к кушетке

В истории психоанализа гипноз занимает место парадоксальное и во многом трагическое. Для Зигмунда Фрейда он стал одновременно колыбелью, из которой вышла вся современная психотерапия, и надгробием, под которым он похоронил свои юношеские надежды на быстрое исцеление. Гипноз был для Фрейда золотой клеткой: он открывал двери в самые темные лабиринты человеческой души, но не позволял исследователю до конца освободиться от власти над пациентом. Отказ от гипноза стал для венского врача не просто сменой инструмента, а фундаментальным философским переворотом — переходом от медицины авторитарной к медицине партнерской.

Вена: Город сомнений

Конец XIX века. Вена, столица Австро-Венгерской империи, застыла в напряженном ожидании грядущих бурь. Это город элегантных бульваров, имперского снобизма и глубоко скрытой, бурлящей сексуальности. Молодой невропатолог Зигмунд Фрейд работает в лаборатории выдающегося невролога Йозефа Брейера, а затем проходит стажировку в престижной Венской общей больнице.

Фрейд — честолюбивый, блестяще образованный врач, воспитанный в традициях строгой немецкой науки. Он мечтает о карьере нейрофизиолога, хочет изучать мозг под микроскопом, искать материальные, анатомические причины нервных болезней. Он верит в скальпель, химию и строгую логику. Психика для него пока — лишь побочный продукт работы нервной системы.

Однако клиническая практика сталкивает его с реальностью, которую невозможно препарировать скальпелем. К нему в кабинет потоком идут женщины из венского среднего класса — «дамы с нервами». Они страдают от истерических параличей, немоты, слепоты, конвульсий и жутких болей, для которых нет никаких органических причин. Традиционная неврология того времени предлагала лишь два пути: гидротерапию (души и ванны), электроток или диагноз «симуляция». Фрейд отказывается в это верить. Он чувствует: за парализованной рукой стоит нечто большее, чем поврежденный нерв.

Путешествие в Нанси: Уроки Бернгейма

В 1885 году Фрейд получает стипендию для поездки в Париж, чтобы учиться у «короля неврозов» Жана-Мартена Шарко. Однако истинное откровение ждет его не в полумраке Сальпетриер, а в книгах, которые он покупает на обратном пути. Остановившись в Берлине, Фрейд читает «О внушении и его применении в терапии» Ипполита Бернгейма.

Идеи Нансийской школы производят на него эффект разорвавшейся бомбы. Если Шарко пытался объяснить всё физиологией мозга, то Бернгейм прямо указывал на психологию. Фрейд понимает: истерический симптом — это не поломка «провода», это заблокированное воспоминание. Это идея, которая настолько невыносима, что сознание отказывается ее видеть, и она «прорывается» в тело в виде паралича или спазма.

Вернувшись в Вену, Фрейд начинает практиковать гипноз. Его первым учителем и соратником становится Йозеф Брейер. Именно случай пациентки Брейера, Берты Паппенгейм (знаменитой «Анны О.»), дает Фрейду первую подсказку. Берта называла свой метод лечения «прочисткой дымохода»: в состоянии самогипноза она выговаривала, «выплевывала» свои симптомы, прослеживая их до первоначального травмирующего события. Как только воспоминание проговаривалось вместе с забытой эмоцией, симптом исчезал.

Эпоха катарсиса

Фрейд, объединившись с Брейером, разрабатывает «катарсический метод» (от греч. *katharsis* — очищение). Логика проста: симптом — это «застрявший» аффект, невыраженная эмоция. Чтобы вылечить тело, нужно вернуть эмоцию в душу.

Фрейд начинает активно использовать гипноз. Его кабинет наполняется тяжелым бархатным полумраком. Он берет пациента за плечи, смотрит ему глубоко в глаза своим пронзительным, гипнотическим взглядом и низким, вибрирующим голосом произносит: «Спите! Вы спите. Теперь вернитесь в прошлое. Вернитесь в тот момент, когда это началось».

В трансе респектабельные венские фрау и господа начинали говорить вещи, которые шокировали их самих. Они вспоминали сцены сексуального насилия со стороны гувернанток, отцов, дядей. Они плакали, кричали, бились в конвульсиях, заново переживая ужас, который годами был заперт в теле. А затем, по пробуждении, Фрейд с удовлетворением отмечал: тик исчез, рука двигается, зрение вернулось.

Это была победа. Но победа с горьким привкусом. Фрейд столкнулся с тремя непреодолимыми препятствиями, которые в итоге заставили его отказаться от своего самого мощного оружия.

Проблема сопротивления

Первое и самое главное: не все поддавались гипнозу. Фрейд, в отличие от харизматичных нансийцев, часто сталкивался с тем, что пациенты просто не засыпали. Они лежали с открытыми глазами, напряженные и смущенные.

Когда же они все-таки засыпали, возникала вторая проблема — сопротивление. Фрейд тянул за ниточку травматического воспоминания, но пациент в трансе вдруг каменел, замолкал или начинал нести бессмыслицу. Подсознание, как верный страж, охраняло свою страшную тайну.

Фрейд чувствовал себя вором, который забрался в чужой дом с фонарем. Гипноз давал ему этот фонарь, но он не освещал *всю* комнату. Самые темные углы, где пряталась истинная причина болезни, оставались скрытыми. Пациент в трансе был слишком пассивен, слишком зависим от воли врача. Фрейд вел его за руку, и пациент шел туда, куда вел врач, но его собственная воля при этом бездействовала. «Я не могу исцелить того, кто не хочет исцеляться, — думал Фрейд, — а гипноз лишь усыпляет эту волю».

Проблема переноса

Третья проблема была самой тонкой и опасной. Фрейд заметил, что пациенты в трансе начинают испытывать к нему странные чувства. Женщины смотрели на него влюбленными глазами, мужчины видели в нем либо грозного отца, либо всемогущего спасителя.

Позже Фрейд назовет это «трансфером» (переносом). В состоянии гипноза критическое мышление отключено, и пациент проецирует на фигуру врача все свои подавленные либидинозные или агрессивные импульсы. Сначала Фрейда это льстило и забавляло, затем — пугало. Он понял, что гипноз создает искусственную, нездоровую зависимость. Пациентка чувствует

себя лучше не потому, что решила внутренний конфликт, а потому, что «подключилась» к магической силе доктора. Как только сеанс заканчивался, она была беспомощна. Это была не терапия, а временная опиумная соска.

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.