

بررسی تشابه خلسه‌های هیپنوتیزمی با شور و حال عارفانه

در برخی از مهم‌ترین کتاب‌های صوفیانه یا عارفانه مانند «تذکره‌الاولیاء» عطار و «نفحات الانس» مولانا جامی مطلب‌هایی درباره‌ی انبوهی از دعاوی صوفیان ذکر شده که پرواز به آسمان‌ها، مصونیت در برابر آتش و... تنها نمونه‌هایی از آن‌هاست که با عنوان‌های خرق عادت (کارهای غیرعادی)، کرامت و... از آن‌ها یاد شده است.

یک شرق‌شناس برجسته‌ی انگلیسی با نام پروفیسور «رینولد نیکلسون» که برای اولین بار، تصحیح و تنظیم دو اثر صوفیانه‌ی عظیم با نام «تذکره‌الاولیاء» شیخ عطار نیشابوری و «مثنوی» مولوی را انجام داده، در کتابی به نام «عرفای اسلام»، این عقیده یا باور را مطرح کرده که برخی از دعاوی یا گفته‌های صوفیان با ادراک‌های انسان، در شرایط هیپنوتیزم و خودهیپنوتیزم، شباهت و همسانی دارد.

در انتشارات «انجمن هیپنوتیزم بالینی آمریکا» که بزرگ‌ترین و پرعضوترین نهاد علمی و غیردولتی آمریکاست و بیشتر اعضای آن را روان‌پزشکان، دندان‌پزشکان، روان‌شناسان و... این کشور تشکیل می‌دهند. اطلاعات زیادی درباره‌ی این انجمن وجود دارد از جمله به سه کتاب آموزشی این نهاد علمی، اشاره شده که در دوره‌های آموزشی پزشکان و روان‌شناسان از جمله «انجمن هیپنوتیزم بالینی ایران» تدریس می‌شوند.

در یکی از این کتاب‌ها با نام «القای خلسه‌ی هیپنوتیزمی و تلقین» درباره‌ی ادراک‌های افراد در عمیق‌ترین مرحله‌های خلسه‌ی هیپنوتیزمی، مطلب‌ها یا حالت‌هایی ذکر شده که به‌طور دقیق به ترجمه‌ی آن‌ها می‌پردازم:

- ۱) پدید آمدن احساس توقف زمان یا احساس بی‌زمانی
- ۲) از بین رفتن احساس فرد نسبت به هویت او
- ۳) احساس این که فرد می‌تواند به هر کسی و هر چیزی تبدیل شود.
- ۴) احساس وحدت و یکی شدن با جهان و آفرینش
- ۵) کاهش بسیار زیاد ضربان‌های قلب و دفعه‌های تنفس
- ۶) توقف خودبه‌خود فعالیت ذهنی
- ۷) عدم آگاهی از دنیای خارج؛ مگر این که فرد، صدای مهمی را از هیپنوتیزم‌کننده، آن هم به‌صورت نجوایی که از دور می‌آید، احساس کند.

تعریف واژه‌ی خلسه و خلسه‌ی هیپنوتیزمی

در فرهنگ جامع روان‌شناسی، روان‌پزشکی و زمینه‌های وابسته که توسط آقای «دکتر پورافکاری» استاد بزرگوار روان‌پزشکی تألیف شده، لغت‌های خلسه و خلسه‌ی هیپنوتیزمی را (با مختصر تلخیص و

حکایت‌های بهره‌وری

قدرت تشخیص قورباغه!

تاکنون راجع به قورباغه، این حیوان دوزیست ساکن ناحیه‌های مرطوب چیزی شنیده‌اید؟ آیا به چشم‌هایش که گاهی به اطراف، میخکوب می‌شود و گویی همه‌چیز را از نظر می‌گذرانند، دقت کرده‌اید؟ آیا به حرکات و رفتارشان توجه داشته‌اید؟ آیا شکارکردنش را دیده‌اید؟ آیا می‌دانید چگونه شکم خود را سیر می‌کند؟

نکته‌ای بسیار شنیدنی در مورد این حیوان وجود دارد که با هم، آن را مرور می‌کنیم:

قورباغه برای تغذیه‌ی خود از حشره‌ها استفاده می‌کند؛ بنابراین باید همواره در کمین آن‌ها باشد و بر سر راه این موجودات، دام بگستراند تا شاید تنی چند از حشره‌های سرگردان در دام او بیفتند و شکم او را تا شب برای «آواز ابوعطا» سیر کنند. چشم‌های این حیوان، مجهز به رادار هشداردهنده برای شکار می‌باشد. به عبارت دیگر، از نظر قورباغه، تنها موجوداتی قابل شکار کردن، هستند که در حرکت باشند و قورباغه تنها در آن صورت، به دنبال آن‌ها می‌رود و هیچ توجهی به سایر موجودات ندارد و این به آن معنی است که اگر کاسه‌ای پر از حشره‌های آماده و بی حرکت در پیش روی او باشد، قورباغه ممکن است از گرسنگی بمیرد، ولی به آن‌ها توجهی نداشته باشد.

همیشه چیزهایی در مقابل ما وجود دارند که ما آن‌ها را نمی‌بینیم. اگر قادر باشیم آن‌چه را که به راستی در مقابل مان است، ببینیم؛ کمتر به جست‌وجوی بیهوده در این سو و آن سو دست می‌زنیم.

آن‌ان که با چشم باز به مسائل نگاه می‌کنند، گره‌های بسته را به دست خود می‌کشایند و آن‌ان که چشم خود را به روی حقیقت‌ها می‌بندند، جز کور کردن گره‌های موجود، کاری نمی‌کنند.

امیدوارم که ما انسان‌ها به قورباغه‌های بزرگی با چشم‌های برجسته که تنها حرکت مگس‌ها و پشه‌ها را در اطراف خود می‌بینند، شبیه نباشیم. اگر چشم‌انداز روشنی در پیش روی ما وجود داشته باشد، تنها به یاری وسعت بینش و ژرفای اندیشه است که می‌توان به وجود آن پی‌برد. در پیرامون ما حقیقت‌هایی وجود دارد که ما آن‌ها را درک نمی‌کنیم؛ زیرا ذهن خود را طوری عادت داده‌ایم که تنها علامت‌ها و نشانه‌های محدودی را دریافت کند. آیا این برهانی برای لزوم پرورش و گسترش توانایی‌های ذهنی ما نیست؟

منبع: «حکایت‌های بهره‌وری» «حسین پورآقاسی»



دکتر سیدرضا جمالیان

هیپنوتیزم درمان‌گر

ساده‌نویسی) به صورت‌های زیر تعریف کرده‌اند:

«TRANCE»: جذب، خلسه... عبور از حالت زندگی به مرگ، حالتی که در آن، هوشیاری، کاهش یافته یا از بین رفته است. اعمال ارادی کم شده یا وجود ندارد و اعمال به‌هنگار بدنی، تخفیف یافته‌اند؛ به طوری که ممکن است شخص در خواب عمیق، به نظر برسد.

«TRANCE COMA»: خواب عمیق در پی هیپنوتیزم عمیق

«TRANCE HYPNOTIC»: خواب‌واره‌ی هیپنوتیزمی؛ به طور کلی خواب‌واره‌ای که با هیپنوتیزم ایجاد شده است. بارزترین خصوصیت آن، تلقین‌پذیری شدید هیپنوتیزم‌شونده است، به طوری که کنترل اعمال خود را به هیپنوتیزور واگذار کند.

«TRANCE STATE»: حالت خواب‌واره، حالت‌های تغییر هوشیاری که با کاهش حساسیت نسبت به محرک‌های محیطی همراه است. خواب‌واره و جای‌گزینی شخصیت، از پدیده‌های عجیب و کمتر مفهوم‌شده‌ی هیپنوتیزم است. یکی از نمونه‌های حالت‌های خواب‌واره، «مدیومی» است که در جلسه‌های به اصطلاح ارتباط با ارواح، تجلی پیدا می‌کند. به طور معمول، این واسطه یا «مدیوم»، دچار یک حالت گسستگی ذهنی شده که جزئی از ذهن به اصطلاح از جریان اصلی خود جدا و بر قسمت عمده‌ی هوشیاری آگاهانه تسلط یافته و بر کلام و تفکر او تأثیر می‌گذارد (مانند افراد دو شخصیتی).

حرف پایانی در تشابه هیپنوتیزم، مدیتیشن، سیر و سلوک عارفانه

در بیشتر کتاب‌های معتبر درسی تخصص‌های روان‌شناسی و روان‌پزشکی، زمانی که به واژه‌ی ریلاکس شدن و... می‌رسند، کتاب به یکی از اثرهای «دکتر بنسن» استاد دانشگاه «هاروارد» اشاره می‌کند که با عنوان «عکس‌العمل ریلاکس شدن» دو سال متوالی در بین کتاب‌های پرفروش آمریکا، مقام اول را داشته است. «دکتر بنسن» پس از ۳۰ سال تحقیق‌های بالینی و آزمایشگاهی در دانشگاه «هاروارد» با بودجه‌ی تحقیقاتی پروژه‌های ملی، در این اثر، این موضوع را به اثبات رسانیده که مضمون‌ها یا عنوان‌هایی مانند هیپنوتیزم، یوگا، سیر و سلوک عارفانه، مدیتیشن و ذن، شبیه به یکدیگر و درحقیقت، تمام آن‌ها، انواعی از عکس‌العمل ریلاکس شدن هستند.