

## هیپنوتیزم پذیری

«هیپنوتیزم پذیری» قابلیت یا زمینه‌ای است که به کمک آن، افراد جامعه موفق می‌شوند تعدادی از پدیده‌های هیپنوتیزی را احساس یا درک کنند. این درست نیست که گفته شود: «فردی به طور کامل هیپنوتیزم پذیر است یا به طور کامل هیپنوتیزم پذیر نیست» بلکه تمام افراد اجتماع در سطح گسترده‌ای از هیپنوتیزم پذیری بسیار زیاد تا هیپنوتیزم پذیری بسیار پایین قرار گرفته‌اند. زمانی که به صورت علمی و کمی درباره‌ی میزان هیپنوتیزم پذیری افراد جامعه بحث می‌شود، عده‌ای از استعداد زیاد هیپنوتیزم پذیری خود تعریف و تمجید می‌کنند یا با افتخار از استعداد هیپنوتیزم‌ناپذیری‌شان و این‌که هیچ‌کس نمی‌تواند آنان را هیپنوتیزم کند، سخن می‌گویند! ولی درحقیقت، معیارهای مختلف هیپنوتیزم‌پذیری علمی که بیش‌ترشان در دانشگاه‌های بسیار معتبری مانند: «هاروارد»، «استانفورد» و... طراحی شده و در تحقیق‌های علمی به کار می‌روند، نمایان‌گر این مطلب هستند و به سادگی هم قابل اثبات می‌باشند:

- ✘ «هیپنوتیزم‌پذیری» در تمام افراد جامعه وجود دارد.
- ✘ این خاصیت که ارثی و اکتسابی است، در افراد جامعه متفاوت است.
- ✘ هیپنوتیزم‌پذیری و هیپنوتیزم‌ناپذیری در افراد با صفت‌ها و عیب‌های مهمی می‌تواند همراه باشد.
- ✘ هیپنوتیزم‌پذیری و هیپنوتیزم‌ناپذیری را می‌توان کم و زیاد کرد.

### هیپنوتیزم‌پذیری، یک زمینه‌ی ارثی است یا یک حالت اکتسابی؟

برای کسانی که از نظریه‌ی زمینه‌ی ارثی یا استعداد فطری در هیپنوتیزم‌پذیری حمایت می‌کنند، دلیل‌های زیادی وجود دارد مانند:

- ✘ هیپنوتیزم‌پذیری در دوقلوهای تک‌تخمکی یا مشابه، همسانی و شباهت زیادی را نشان می‌دهد، در حالی که در دوقلوهای غیرمشابه یا دو تخمکی و سایر افراد هم‌سن‌وسال در نزدیکان‌شان، این تشابه دیده نمی‌شود.
- ✘ اگر عده‌ای از افراد جامعه با معیارهای هیپنوتیزم‌پذیری تحت بررسی علمی و کمی قرار گیرند، مشخص می‌شود که بر طبق منحنی توزیع نرمال:
  - در حدود ۱۰ درصد از افراد جامعه به صورت آگاهانه یا ناآگاهانه و گاهی به علت‌های روانی خاص مانند: سوءظن، وسواس و ترس از آشکار شدن رازهای‌شان در شرایط خلسه‌ی هیپنوتیزی، در مقابل رسیدن به آرامش یا هیپنوتیزم‌شدن، مقاومت نشان داده و گاهی این کار را نوعی قدرت، تلقی می‌کنند.
  - در حدود ۳۰ درصد از افراد جامعه، در شرایط عادی تنها می‌توانند به «خلسه‌ی سبکی» برسند.
  - در حدود ۲۵ درصد از انسان‌ها حتی در بهترین شرایط، زمینه یا آمادگی رسیدن به «خلسه‌ی متوسط» را دارند.
  - در حدود ۲۵ درصد از افراد جامعه می‌توانند به «خلسه‌های عمیق» برسند.
  - در حدود ۱۰ درصد از افراد جامعه می‌توانند به «خلسه‌های بسیار عمیق» هیپنوتیزی برسند و یکی از ویژگی‌های آنان، این است که می‌توانند با کمی آموزش و آمادگی زیر نظر یک «هیپنوتیزم‌درمان‌گر» باصلاحیت، تمام کارهای جراحی از جمله دندان‌پزشکی را بدون استفاده از دارو و تنها با کمک هیپنوتیزم انجام دهند و تمام پدیده‌های هیپنوتیزی مانند: احساس خروج روح از بدن، سیر قهقرایی به زمان‌های گذشته و انواع توهم‌های مثبت و منفی را احساس و درک کنند.
- برای افرادی که به جنبه‌ی اکتسابی و غیرارثی هیپنوتیزم باور دارند، دلیل‌های روشنی برای ارائه وجود دارند. برای نمونه:

تحقیق «هیلمگارد» و «مورگان» در «دانشگاه استنفورد» نشان داد که: «کودکان مورد آزمایش برای هیپنوتیزم‌پذیری، در مقابل روش‌ها و تکنیک‌های گوناگون ایجاد هیپنوتیزم، مقدار هیپنوتیزم‌پذیری متفاوتی را نشان می‌دادند.»

با تکرار جلسه‌های هیپنوتیزم شدن و با آموزش، تا حدودی هیپنوتیزم‌پذیری افراد، زیاد می‌شود.

در شرایطی که برای هیپنوتیزم شدن انگیزه یا نیاز بیش‌تری وجود داشته باشد، مانند ایجاد بی‌دردی یا اقدام‌های درمانی، بر میزان هیپنوتیزم‌پذیری افراد افزوده می‌شود.

اگر فردی در شرایط آرامش گسترده یا محرومیت نسبی از درک حسی قرار بگیرد، به میزان قابل ملاحظه‌ای بر «هیپنوتیزم‌پذیری» او افزوده می‌شود و به‌سادگی به هیپنوتیزم رایج پزشکی یا خلسه‌ی مثبت که مشابه با «پرکاری» سیستم «پاراسمپاتیک» است، می‌رسد.

اگر افرادی در شرایط پرتنش، پراضطراب و بسیار خشن مانند: شرایط جنگ، بدرفتاری‌ها و... قرار بگیرند، حالت هیپنوتیزم‌پذیری بیش‌تری در آنان پدید می‌آید و به نوعی متفاوت از خلسه وارد می‌شوند که به آن «خلسه‌ی منفی» یا «ساحرائه» می‌گویند که مورد استفاده در نوعی «طب سنتی» و «بدوی» است.

در این سال‌ها تحقیق‌های بسیار گسترده‌ای در دانشگاه‌های معتبر جهان، در زمینه‌ی افزایش یا کاهش هیپنوتیزم‌پذیری صورت گرفته که به آن‌ها اشاره می‌شود:

استفاده از شرایط «محرومیت حسی» که در برنامه‌های آموزشی «کیهان‌نوردان» به‌صورت گسترده استفاده می‌شود و فرد، ساعت‌های زیادی را در تاریکی مطلق، سکوت مطلق، محرومیت از حس لامسه و... قرار می‌گیرد. پوشیدن دستکش و پاپوش برای محدودیت بیش‌تر دست و پا از احساس محیطی، خوابیدن روی آب اشباع‌شده از نمک (مانند آب دریاچه‌ی ارومیه) که هر فردی می‌تواند به پشت روی آب در شرایط شبیه به بی‌وزنی بخوابد و هرگز به داخل آب فرو نمی‌رود. در شرایط محرومیت از حس، حتی اگر برای چند لحظه فردی در سکوت، تنهایی و تاریکی قرار بگیرد مانند وضعیت نیاکان ما در تاریکی زیرزمین ساکت، به توهم‌های بینایی نایل می‌شود!

استفاده از قدرت جاذبه و سحرکننده‌ی محرک‌های نوری (چراغ‌هایی که با فرکانس زیاد، روشن و خاموش می‌شوند)، برخی از این وسایل با نام دستگاه خواب با کمک محرک‌های نوری در حدود ۲ دقیقه می‌توانند فرد را در شرایط خلسه‌ی هیپنوتیزمی قرار دهند و در کتاب «روش‌های برنده‌ی جایزه‌ی هیپنوتیزم» «هاری آرونز» استاد عملی انجمن هیپنوتیزم بالینی آمریکا، شرح چگونگی استفاده از این دستگاه‌ها در دندان‌پزشکی و برای رساندن بیماران به آرامش و بی‌دردی آمده است.

### نتیجه‌گیری پایانی از مفهوم هیپنوتیزم‌پذیری

«هیپنوتیزم‌پذیری» در تمام افراد جامعه با میزان اندازه‌گیری متفاوتی وجود دارد. همان قدر که استعداد فطری یا زمینه‌ی ارثی در آن مؤثر است، شرایط محیطی، تربیتی و آموزشی هم می‌توانند در افزایش یا کاهش آن اثرگذار باشند. افراد بسیار هیپنوتیزم‌پذیر و افراد بسیار هیپنوتیزم‌ناپذیر نسبت به بیش‌تر افراد جامعه که در سطح‌های میانی هیپنوتیزم‌پذیری هستند، بسیار اندک‌اند. روش‌ها و معیارهای هیپنوتیزم‌پذیری علمی متعددی وجود دارند.

