

HİPNOTİZMA

BİLİMSEL

TEORİ ve PRATİKLERİ



BİLİM ARAŞTIRMA MERKEZİ



HİPNOTİZMA

BİLİMSEL

TEORİ ve PRATİKLERİ

*Burada bazı pratik bilgiler
verilmekte
ve tatbik
istenmektedir*



[Hissi iptal etmenin metodlarından biri de 'hipnoz'dur. Şahsın şuuruna hitap ederek doğrudan doğruya onun mutabakatını elde ederek, ameliyatta o ızdıraplı durumdan soyutlamak ve ağrı duymamasını sağlayarak ameliyat etmek mümkün olmaktadır. Bu metod'un da mahzurları var mıdır?]

Hipnoz yolu, [narkoz ve akupunktür gibi] bu yolların içinde tehlikelilerinden biridir.

Esasında dikkat edilmesi gereken nokta şudur:

Sizlerin bütün bu sorularınızdan da görüldüğü gibi, bozulan bir şeyi [organizmayı] tamir etmeye çalışmaktasınız. Gerçekte bugün bütün bunlara mecbur kalışınızın nedeni, insanın, dünyadaki insanın kendi bedeni hakkındaki bilgi noksanlığı, kendi bedeninden öteye [olan] kendi varlığı hakkındaki bilgi noksanlığı önemlidir.

Siz sanmaktasınız ki, bir organ bozulmaktadır; burada esasında mevcut olan, bir ahenksizliktir. **O organın bozulmasını tevlit eden, bir ahenksizlik ortadadır.** Bu ahenksizliğin giderilmesi ise, insanın bu Kâinat içindeki yerini iyi tayin etmiş ve bunu anlamış olmasıyla mümkün olmaktadır.

Kendi bilginizin bu yönde gelişmesi, size, yepyeni bir tıp yolunun açılışı demektir. Bu tıp yolunda, belki ne bu narkoza ve ameliyata, ne de diğer bir ilâç tatbikatına gereğiniz kalmıyabilir. Ancak dikkatlerinizi bugünkü ihtiyaçlarınızın zaruri kıldığı bu tıp çalışmalarından zaman zaman ayırarak ileriye teksif etmeniz ve çalışmalarınızı böyle bir istikbâl hedefine doğru plânlamanız ve bu yönde bir akışa girmeniz sizin için matlup (ideal) olacaktır.

Bu şekilde, ancak, girilmekte olan **Yeni Bir Çağ**'ın yükünü kaldırabileceksiniz. Zira, bütün bu **narkoz, akupunktür, hipnoz vb.** gibi metodlar, önümüzdeki bu devreler içinde geçerliliğini kaybedecek metodlardır.

Öncüler Plâni... 25-1-1974... C-5)

Birinci Baskı	: Haziran 1980
Dizgi - Baskı	: Işık Matbaası
Kapak Baskı	: Barış Matbaası
Cilt Yapımı	: Kardeşler Ciltevi

İÇİNDEKİLER

1. BÖLÜM

HİPNOTİZMA VE TARİHSEL EVRELERİ

- a — Geçmiş Çağlarda Hipnotizma Anlayışları
- b — Yakın Çağlarda Hipnotizma Uygulamaları
- c — Animal Manyetizma ve Mesmer'in Çalışmaları
- d — Ünlü Bilim Adamları ve Hipnoz Çalışmaları

2. BÖLÜM

HİPNOTİZMA VE NEO-SPIRİTÜALİST GÖRÜŞ

- a — Hipnotizma ve 3 Aşamalı Pratiği
- b — Hipnotizma ve Neo-Spiritüalist Yorumu

3. BÖLÜM

HİPNOTİZMA VE NARKOZSUZ AMELİYATLAR

- a — Hipnotizma İle Narkozsuz Ameliyatlar
- b — Hipnoz ve Beyin Organı Üzerindeki Etüdüleri
- c — Hipnoz Olayı ve Şuur Halleri Etüdüleri

4. BÖLÜM

HİPNOTİZMA VE AĞRISIZ DOĞUMLAR

- a — Hipnoz İle Ağrısız Doğum ve Sonuçları
- b — Sancısız Doğum'da Hipnotizma'nın Etkisi
- c — Doğum Kontrol'de Hipnotizma Faktörü

A — RÖNESANS'IN SON DÖNEMİ — 16. Yüzyıl

Uyguniuk-duygudaşlık Teorisi :

Paracelsus (1493-1541)

Robert Fludd (1541-1637)

B — MESMERİZM DÖNEMİ — 18. Yüzyıl

1 — Miknatısla Tedavi Teorisi :

Maximilian Hell

Abbé Lenoble

2 — Diriksel (Animal) Manyetizma Teorisi :

Frans Anton Mesmer (1734-1815)

Abbé Jose C. Faria (1756-1819)

Puységur Markizi

John Bovee Dods

Laroy Sunderland

William Fahnstock

John Elliotson (1791-1868)

Dr. James Esdaile

C — MODERN HİPNOTİZMA DÖNEMİ

a — 19. YÜZYIL :

1 — Hipnotizörün Süjedeki Etkisi Teorisi :

Dr. James Braid (1795-1860)

2 — Üç Hal Teorisi — Salpêtriêr Ekolü :

Jean Martin Charcot (1825-1893)

3 — Telkin Teorisi — Nancy Ekolü :

Dr. Hippolyte Bernheim (1840-1919)

Dr. Ambrose Liebault (1823-1904)

b — 20. YÜZYIL :

1 — Psiko-analitik Teori :

Sigmund Freud (1856-1919)

Carl Gustav Jung (1875-1961)

2 — Kendi Kendine Telkin Teorisi :

Emil Coué

3 — Hiper-telkinedebilirlilik Teorisi :

Clark Leonard Hull (1884-1952)

4 — Fizyolojik Hipno-terapi Teorisi :

Ivan Petroviç Pavlov (1849-1936)

5 — Hipnotik Hal Teorisi :

J. F. Chaves

6 — Neo Spiritüalist Teori :

Dr. Bedri Ruhselman (1898-1960)

- HİPNOTİZMANIN GELİŞİM ŞEMASI -

1-CANSIZ MANYETİZMA (1771)

2-CANLI MANYETİZMA (1765 - MESMERİZM)

MANYETİK UYKU

SOMNAMBULİZM

POPÜLER
MESMERİZM

BİLİMSEL
MESMERİZM

FRENO-MANYETİZMA

ELEKTRİKİ PSİKOLOJİ (1830)

PATETİZM

STATUVOLİZM

HİPNOTİZMA (1843)

MONODEİZM

İPNOZUN ÜÇ SAFHASI (1862)

HİPNOTİK TELKİN

KENDİ KENDİNE TELKİN (1910)

HİPER-TELKİNEDE BİLİRLİK

FİZYOLOJİK HİPNO-TERAPİ

HİPNOTİK HAL

NEO SPIRİTÜALİST GÖRÜŞ

Ö N S Ö Z

Hipnotizma, bir trans tekniğidir. Bir çok usûllerle, kişileri derece derece trans hâline getirmek için uygulanan Hipnotizma, insanın iç dünyasına açılan bir yapay penceredir de. İnsanın iç dünyasının görkemli yapısını, kudretlerini, yeteneklerini vb. incelemek için önemli vasıtalarından birisi olan Hipnotizma, ancak, bu kitabın 2 nci sayfasında belirtilen sakıncaları da ihtiva etmektedir. Kaş yaparken göz çıkarmamak için, bir meseleyi, genel bütünlüğü içerisinde ele almak gerekir. Öncüler Ruhsal Plânı, Hipnotizma ve benzeri çeşitli parapsişik tekniklerin yarar ve sakıncalarını 'Tesirler' bakımından izah etmiştir. Son derece karmaşık ve hassas bir organik-ruhsal bileşim olan beden organizması üzerinde, bilgisizce ve yerini bulmayan etkiler meydana getirmek, çeşitli zaman devreleri içerisinde somatik ve psikosomatik arazlar oluşturacaktır. Öte yandan, Hipnotizma tekniği ile yapılan araştırmalar, beşer varlığının son derece 'derin' ve 'karmaşık' bir evrensel kudret olduğunu göstermektedir. Beden ve beyin sınırlamasından kurtulan gelişmiş bir kişinin, nice harikulâde özellikler ile tezahür edebildiği, Hipnotik trans denemeleri ile görülmektedir. Parapsikolojik fenomenlerin ve yeteneklerin incelenmelerinde ve anlaşılmasında Hipnotizma, teori-pratiği de olanca bir gözönünde tutulmalıdır. İnsan hakkında genel bir anlayış ve bilgiye, insanla ilgili herşeyin biraraya getirilmesi ile varılabilecektir çünkü...



1. BÖLÜM

HİPNOTİZMA VE TARİHSEL EVRELERİ

«Tüm pozitif bilimler, maji ve batıl inançların soyundan gelmişlerdir. Ancak, hiçbiri, kökeninin yanıltıcı çağrışımlarından kurtulma sürecinde, ipnoz kadar atıl kalmamışlardır.»

C. L. Hull

Hypnosis and Suggestibility, New York, Appleton-Century, 1933

a — Geçmiş Çağlarda Hipnotizma Anlayışları

Hipnotizma, kelime olarak yeni olmasına karşın, köken olarak çok eskilere dayanmaktadır. Araştırmaları ne yöne çevirirsek çevirelim, ister tozlu sayfaları, ister hiyeroglifleri araştıralım hepsinde kişinin diğer bir kişi üzerindeki etkisine rastlarız.

İpnoz, hemen hemen tüm insanlar tarafından bir büyü olarak bilinmektedir. Oysa, bu tür düşünenlerin bazıları, ipnoz olaylarına da tanık olmuşlardır. Bu kişiler, gözlem yapmış oldukları halde ipnoz olayı için mümkün olabilecek her türlü tutarsız ifadeleri kullanmaktadırlar:

'Kurbanını kendisine cezbedip bilinçsiz bir kuklaya çeviren kişisel irade gücü', 'Ölünceye dek irade-dışı bağlılık'... gibi.

İpnozun okült-majik sırlarla olan bu bağlantısı, onun keşfinden günümüze kadar belirli bir açıklığa çıkamamasına ve kendi kendini olumsuz durumlara sokmasına neden olmuştur. Bundan ötürü, ipnozun tedavi olanakları, tıp alanında yeterince kullanılamamıştır. Oysa, bugün ipnoz'un psikoterapide son derece etkin olduğu kanıtlanmıştır.

Bu antiteyi daha iyi anlayabilmek için, hipnotizmanın tarihçesine şöyle bir göz atmalıyız.

İlk uyku hali tasvirinin Tevrat'ta ortaya çıktığı belirtilirken, binlerce yıl önceki Mısır Yüksek Kültürü'ne ait yazıtlarda ise hipnotizmadan sözedildiği saptanmıştır. Danderah Tapınağı'nın kemerli duvarındaki Burçlar Haritası'nda, Tanrıça İsis, bir eliyle oğlu Horus'u tutarken, diğer elini de bir manyetizör davranışıyla Horus'un önünden geçirirken tasvir edilmiştir.

Yine eldeki kaynaklara göre, Mısırlıların vücut üzerinde el gezdirerek ve ovarak bir çok hastalığı tedavi ettikleri belirlenmiştir.

Yunan Mitolojisi'nin Uyku Tanrısı «*Hypnos*,» Gece'nin oğlu ve Ölüm'ün (Thanatos) kardeşidir. Kardeşi ile birlikte Hades'in Ölüler Diyarı'nda yaşar. Kanatlı bir genç şeklinde tasvir edilen Hypnos, yorgun insanların alınlarına sihirli değneği ile değmek, karanlık kanatları ile yelpazelemek ya da bir boynuzdan, kişilerin üzerlerine uyku verici bir madde dökmek suretiyle onlara uyku verir. Thanatos da kanatlı bir ruh halinde tasvir edildiğinde aynen Hypnos'a benzer. Hypnos'un oğullarından biri ise, Rüyalar Tanrısı «*Morpheus*»tur.

Hypnos'un Tanrılar üzerinde dahi etkisi vardır. Homer'e göre, Hypnos, Hera'nın ricası üzerine, bir gece kuşu şekline bürünerek, Zeus'u İda Dağı üzerinde uyutmuştur (Bkz: Resim - 1).

Hint Mitolojisi'nde de bir mitoloji kahramanı olan Vishnu'dan, parmaklarından alevler çıkararak yaşamdaki tüm kötülükleri yok eden bir varlık olarak söz edilir.

Bir Hint Tanrısı olan Brahman, Hintliler'e ilacı tanıtmıştır. Sanskritçe metinlere göre Brahman, yumuşak sözlerle ve sol elini bir kaç kez hastanın alnında dolaştırarak ona güzel bir uyku veriyordu.



Resim - 1 : Klâsik Yunan Mitolojisi'nin Uyku Tanrısı «Hypnos»

Tıbbın babası sayılan Hippocrates [(?) İ.Ö. 460-337 (?)]da insanda bir uyurgezerlik halinin bulunduğuna inanıyordu.

b — Yakın Çağlarda Hipnotizma Uygulamaları

Hipnotizmanın insanlarda yarattığı hal ve hipnotizmanın statüsü, ikiyüzyıldır süren alevli bir tartışmanın sorularını oluşturagelmışlerdir. İpnoz olgusunun incelenmesi, insan zihninin anlaşılmasının ve insanların çektiği ıstırabın hafifletilmesinin gerçekleştirilebilmesi yönünde muazzam imkânlar taşımaya rağmen, bilim çevrelerinin dikkatini pek çekmiş sayılmaz. Bunun sebebini hem ipnozun olaylarla dolu tarihinde, hem de 'hipnotizma' kelimesinin, okült ile ilgili şarlatanlıkların karanlık veçhelerini akla getirici bir çağrışım yapma-

sında aramak gerekir. Hipnotizma, kuşku götürmez bir şekilde mevcuttur ve hipnotik uygulama, yararlı etkilerin oluşturulması yönünde kullanılabilir. Fakat, hipnotik hali tarif etmek dahi güçtür. 20.Yüzyıl'ın, ipnozun bilimsel incelenimi üzerindeki en ünlü otoritesi olan C.L. Hull, '*İpnoz ve Telkin Edebilirlik*' (Hypnosis and Suggestibility, New York, Appleton-Century, 1933) adlı kitabında şunları yazmıştı:

«*İpnozun, olduğu şekilde, özelliğini belirleyen ve ipnoza bir 'hal' denilmesini haklı çıkaran tek şey, 'genelleştirilmiş hiper-telkin edebilirlik'tir... normal uyanıklık şartlarında, daha düşük derecelerde olmak üzere, telkin yoluyla yaratılamayacak hiçbir fenomen ipnozda da yaratılamaz.*»

Varılan bu sonuç tartışma götürür ama, değinilen ana tema apaçıktır: Hipnotize olmak, telkinleri kabul etmeye hazır olmanın dışındaki herhangi bir durumda, uykuda ya da '*trans*' halinde olmak demek değildir.



Hipnotizmanın modern tarihi Frans Anton Mesmer [1734-1815 (1)] ile başlar. Mesmer, şifacılık kariyerine, Viyana Üniversitesi'nde tıp öğrenimi yaparak atılmıştı. 1765 yılında sınavlarını şeref derecesi ile veren Mesmer'in hazırladığı tezin konusu, geçmiş bir dönemin tıp yöntemlerini canlandırılıyordu. Tezin başlığı, *Planetlerin İnsan Bedeni Üzerindeki Etkileri*

F. A. Mesmer *netlerin İnsan Bedeni Üzerindeki Etkileri Üzerine* (De Influxu Planetarum in Corpus Humanum) idi. Mesmer'in kendisi bile, böyle bir tezin, can çekişen Astroloji bilimini canlandırmakla suçlandırılacağını anlamıştı. Fakat, Mesmer Evren'deki fizik güçlerle ilgileniyordu. Somut olmasa bile, gerçekte, akımların, uzayı kaplıyor ve insan yapısı üzerine algılanamaz bir etkide bulunuyor olabileceklerini tahayyül ediyordu. Bu

fikirleri, birkaç yıl boyunca boşlukta asılı kaldı, ta ki 1774 yılında, bir Cizvit papazı (2) olan Maximilian Hell tarafından yapılan deneylerden haberi olana kadar. İmparatoriçe Maria Theresa'nın saray astrologlarından olan bu Cizvit papazı, hastalarını, bedenleri üzerine uyguladığı mıknatıslarla iyileştirmekte, insanı hayrete düşürecek derecede başarılıydı. Bu yöntem, 16. Yüzyıl'ın maj'ı ve mistik tıp uygulayıcısı Paracelsus'tan gelen bir reçeteye dayanıyordu. Paracelsus, Rönesans'ın son dönemlerinde, majinin tekrar canlanmasının ve aynı zamanda gözleme ve deneye dayalı bir bilime doğru gidişin talepleri arasında rahatsız bir şekilde dönüp duran, majlar ve bilginler topluluğunda yaygın olan bir teoriyi benimsiyordu. «Uygunluk» ya da «duygudaşlık» teorisi olarak bilinen bu teori, Evren'in, bugün bize birbiriyle hiç ilgili değilmiş gibi görünen bölümleri arasındaki bir irtibatı önerir: Bu «duygudaşlık tıbbı»nın yaygın bir biçimi de bedenin belirli kısımlarına, hasta olan uzuvla hayırlı bir bağıntısı olduğuna inanılan kıymetli taşların uygulanmasıydı (3). Paracelsus'un varsayımlarından birçoğunu paylaşan çağdaşı Robert Fludd bu tıp türünü tartışırken şunları söylemektedir:

« ... doğal şeylerin birbiriyle olan ilişkisinden ötürü, aralarında fizikî bir irtibat ya da temas meydana geldiğinde nasıl da harikulâde bir şekilde işlerler. Bu da Manyetik bir uyum ve Spiritüel süreklilik sayesinde... bilinmeyen bir mesafeden karşılıklı gerçekleştirilen bir çalışma sayesinde olur.»

c — Animal Manyetizma ve Mesmer'in Çalışmaları

'Spiritüel Sürekliliği' ve 'Manyetik Uyumu' sağlamak amacıyla mıknatısların kullanımında Paracelsus'u izleyen Maximilian Hell'in canlandırdığı öğretinin esası da buydu. Mesmer'in, planetlerin etkisi ile ilgili olarak

geliştirdiği ilk dūřünceler, açık bir şekilde bu öğretiyeye benziyordu. Böylece, Mesmer de bu teorileri düzenlemeye başladı. Deneylerle geöen bir dönemden sonra, elde ettiği başarılarla mıknatısların değil de kendi bedeninin etkisinin sebep olduğuna inandı. Fikirleri gide rek daha ayrıntılı bir hal aldı ve Paris'e taşınarak, keşfettiğine inandığı ve «*animal manyetizma*» dediği yeni bir gücü tanımlamak üzere bir Memorandum yazdı ve řu önerilerde bulundu:

1. Göksel cisimler, dünya ve tüm canlı bedenler arasında uyumlu bir etkileşim mevcuttur.

2. Bu etki, evrensel olarak yaygın, hiçbir vakuma yer bırakmayacak kadar sürekli, kıyaslanamayacak şekilde suptil ve doğal olarak tüm harekî uyumsuzlukları alacak, yayacak ve iletecek duyarlılıkta olan akışkan bir madde sayesinde sağlanır.

3. Bu karşılıklı etkileşim, henüz tam olarak bilemediğimiz mekanik yasalara tabidir.

Animal manyetizma, kısa sürede, Paris'i heyecanlandıran bir olay haline geldi. Mesmer, öeşitli rahatsızlıklar öeken birtakım tanınmış kişileri iyileştirebilmişti. Uygulamalarını gösteriler halinde düzenliyordu. Tedavi uygulamaları, geniş ve loş bir holde, suyla dolu olan ve «*baquet*» denilen, meşeden yapılma bir teknenin öevresinde geröekleştiriliyordu. «*Baquet*» yaklaşık otuz santimetre yüksekliğindeydi ve suyun iöerisine, buzlu cam, demir talaşları ve boş şişeler gibi öeşitli şeylerin tuhaf bir karışımı konuluyordu. Bunun üzerine de delikleri olan tahta bir kapak yerleştiriliyordu. Hastaların kendileri, bu deliklerden dışarıya öıkan mafsallı demir öubukları ya tutuyorlar ya da rahatsız olan uzuvlarına değdiriyorlardı. Tüm bunlar olup biterken bir yandan da atmosferi daha etkileyici bir hale getirmek iöin '*kederli*' melodiler öalınıyor ve Mesmer, par-

lak renkli bir giysi içinde birden ortaya çıkıyordu. «*Baquet*»in yanındaki hastaların çevresinde dönüyor, bazılarına gözlerini üzerlerine dikerek bakıyor, bazılarının üzerinde pas yapıyor ve daha başkalarına da elindeki demir çubukla değiyordu. Mesmer'in uygulamalarının başarılı olması halinde, meydana gelen '*manyetik kriz*'in etkileri öylesine şiddetli oluyordu ki, «*baquet*»in bulunduğu holün yanında, '*Salle des Crises*' adıyla bilinen ve yumuşak bir malzemeyle kaplı olan özel bir oda tesis edilmişti.

1782 yılında, Mesmer'in iddialarını incelemek üzere, bir komisyon oluşturuldu. Üyeleri arasında Amerikan elçisi Benjamin Franklin'in de bulunduğu bu Komisyon, sözkonusu '*manyetik kriz*'i şu şekilde tanımlıyordu:

«Komisyon, bunların üç saatten daha fazla sürdüğünü görmüştür; nöbetin şiddetiyle göğüsten sökülen yapışkan bir maddenin ayrılışı da bunlara dahildir. Bu ayrılıştta bazen kan izlerine de rastlanmıştır. Krizler, kol ve bacakların ve tüm bedenin irade dışı spazmlı hareketleri, gırtlığın kasılması, hipokondri ve üstkarın bölgelerinin spazmları ile meydana çıkar. Kriz geçirenin gözleri yuvalarında dönüp durmakta ve sanki, etrafı aklını yitirmiş gibi bakmaktadır. İnsanın ödünü koparan çılgınlık, ağlamalar, hıçkırımlar ve aşırı kahkahalar duyulur. Kriz öncesi ve sonrası, bir halsizlik ve dalgınlık hali, bitkinlik ve uyuşukluk görülmektedir.»

Mesmer'in hastalarının, çoğu kez göçüp gitmeleri pek şaşılacak bir sonuç değildi; fakat, sık sık, iki ya da üç ziyareten sonra iyileştiklerini açıklayanlar da çıkıyordu. Komisyon, Mesmer'in aleyhinde karar verdi. Bunun başlıca nedeni, «*manyetik akışkan*»ın hiçbir izine rastlayamamış olmalarıydı. Ancak, Mesmer'in hastaları, herşeye rağmen, bu akışkan maddeyi görmekte ve şişe-

lere doldurarak Paris'in uzağındaki yerlere göndermekte ısrar ediyorlardı. Akışkan maddenin rengi üzerinde ise hiçbir zaman anlaşıyorlardı.

Mesmer'in sırlarını öğretmenin karşılığında insanlardan büyük miktarlarda paralar almasının yanısıra, öğrencileri çoğu kez aydınlanmadan ayrılıyorlardı. Öte yandan, tedavi ettiği insanlar da yok değildi. Yöntemlerinde, muhtemelen, Almanya'nın güney-batısındaki Suabia Eyaleti'nden rahip J.J. Gassner tarafından etkilendiği. Mesmer, Bavaria'dayken, Gassner de aynı yörede, şeytan çıkarma (exorcism) yöntemiyle harikulâde şifalar gerçekleştiriyordu. Gassner, hastalığa neden olduğunu düşündüğü kötü ruhları bedenün bir kısmından ötekine kovalıyor ve en nihayet bedenden dışarıya çıkarıyordu. Mesmer ise hastalığı kendi animal manyetizması ile kovalıyordu.

Mesmer'in izleyicileri, «*baquet*»ün, manyetik krizin şifa etkisinin yaratılması için gerekli olmadığını keşfetmekte gecikmediler. Bu öğrencilerin en ünlüsü, uğrun-da büyük paralar harcadığı sırları öğrenemeyince arazilerine dönen Puységur Markizi'ydi (Marquis Armand de Puységur). Markiz, hastalarını sakin, uykuya benzer bir hale sokabileceğini ve hastalarının bu halden iyileşmiş olarak çıkacaklarını keşfetmişti. Bir keresinde, «*baquet*»ün yerine bir ağacı kullanmış ve hastalarını iple ağacın gövdesine bağlamıştı. Sonuçlar dramatikti. Puységur Markizi'nin deneyleri sonucunda «*manyetik uyku*» kavramı gelişti. Kısa bir süre sonra bu hale «*somnambulizm*» denilmeye başlandı ve Alman deneycisi Jung-Stilling gibi araştırmacılar dikkatlerini bu konu üzerine yönelttiler. Birçok kimse hâlâ daha Mesmer'in manyetik akışkanına inanıyordu. Dolayısıyla, «*Mesmerizm*»ün incelenimi, hızla iki değişik yöne ayrıldı: Bilimsel ve popüler yönler. Mesmerizm'e duyulan ün-

cü türden bir ilgi de çoğunlukla popüler yönün bir bölümünü oluşturuyordu: Bu ilgi özellikle okült anlamdaydı.

Popüler Mesmerizm hareketi Amerika'ya özgü bir olaydı. 'Profesör' ya da 'Doktor' ünvanlarını kullanarak astroloji, falcılık, frenoloji ve animal manyetizmanın bir karışımı ile cahil insanları büyülemenin kolay olduğunu gören, dolandırıcı gezgin sahtekârlar tarafından teşvik edildi. Frenoloji —baştaki çıkıntılardan karakteri okuma uygulaması— Amerika'ya, 1830 yıllarında Mesmerizm ile birlikte girmişti. Böylece, adına «*frenomanyetizma*» denilen ve mesmeristin, ellerini etkilemek istediği frenolojik uzvun üzerine koymasıyla gerçekleştirilen tuhaf bir melez uygulama gelişti. Bu popüler mesmerizmden, artık bugün iyice unutulmuş olan, ancak fikirlerinden bazıları hiç de saçma olmayan birtakım teorisyenler ortaya çıktı.

1830'larda John Bovee Dods, elektriğin, '*zihin ile cansız maddede arasındaki irtibatı sağlayan bağlantı*' ve '*Evren'i harekete geçirmek ve yönetmek üzere Yarattıcı tarafından kullanılan yüce etken*' olduğuna kanaat getirmişti. Dods, böylece ortaya çıkan bu «*elektrikî psikoloji*» bilimi hakkında konferans vermek üzere Amerikan Senatosu tarafından tam dokuz kez davet edildi. Mesmer için «*animal manyetizma*» ne idiyse, Dods için de '*elektrik*' oydu. '*Galvanizm*' ve '*sinirsel akışkan*' terimlerini o da kullanıyordu. Mesmer'in dışındaki samimi ve popüler mesmeristlerin çoğu gibi Dods da kendi teorisinin dinî açıdan ne anlama geleceği hususuyla son derece ilgileniyordu. Beden ile zihnin her ikisi birden Tanrı'nın tezahürleriydi ve beyindeki frenolojik uzuvlar da dahil, beden her bir uzvunun spiritüel karşıtı bulunuyordu. Hastaları ile temas kurabilmek için aurasını kullanan Dods'un karşısında ise, bugüne kadar görmüş ol-

dukları ilgiden çok daha fazlasını hakeden Laroy Sunderland ile William Fahnstock bulunuyordu.

Bir din görevlisi ve başarılı bir 'dini uyanış' vaizi olan Sunderland, tıbbî mesmeristlerin ortaya koydukları etkilerin ayrıntılarını meydana getirebildiğini görünce vaizlik görevinden ayrılmıştı. 'Dini uyanış' hareketiyle birlikte görülen o harikulâde vecit ve din değiştirme fenomenlerinin ilâhi değil de beşerî kökenli olduklarına karar vermişti. Sunderland'ın «mesmerik uyku»yu gerçekleştirmek için uyguladığı yöntem çok basitti: Bir konferans vermesi yetiyordu. Seyircilerden bazıları oturdukları yerde hipnotik transa dalarlarken, diğerleri de Sunderland'ın konuştuğu platforma çıkarak yere oturuyorlardı. Sunderland, başarı için sadece iki hususun gerekli olduğunu düşünüyordu. «Uygulayıcı otorite kurmalı» ve hasta da «buna tekabül eden bir imana sahip olmalı,» diyor ve şunları söylüyordu: «Gerçekte, sözkonusu 'Doktor', 'Profesör' ya da 'Konuşmacı' ne kadar cahil olursa, kendisine ve güçlerine karşı inancı da o kadar artacaktır; bu inanç ne kadar artarsa başarısı da o kadar büyük olur...» Sunderland, öğretisine «patetizm» adını verdi ve 1860 yılında, bu öğretinin başlıca kitabı olan «Trans» (The Trance) yayımladı.

Dr. William Fahnstock önceleri bir patetist olmasına rağmen, sonradan ayrılarak kendi «staturolizm» öğretisini kurdu. Mesmerik uykuya girilmesinden aslında hastanın sorumlu olduğu düşüncesinde Sunderland'dan da ileriye gitti. Fahnstock, ikna yoluyla, sözünü ettiği bu «staturolik hal»e hastalarının kendi iradeleriyle girmelerini sağlıyordu. Hastalarına önce yol gösteriyordu - görünüşe göre, zihinlerini tamamıyla başka bir yere yöneltebiliyorlardı; fakat, hasta sonradan, giderek kendi güçlerini ediniyordu. «Staturolik hal»e girmiş olan

biri herhangi bir hastalığa yakalandığına dair kendi kendini ikna edebiliyor ve sözkonusu hastalıkla ilgili belirtiler şaşmaksızın ortaya çıkıyordu.

Amerika'da gelişen popüler mesmerizmin yanısıra, Fransa'da somnambulizmin etüdü daha ziyade okült teorilerle bağdaştırıldı. İkinci bir Fransız Komisyonu, 1831 yılında Mesmerizm üzerine yayımladığı bir raporla mesmerik uykunun durugörüye [clairvoyance (4)] neden olabileceği fikrini onayladı. Dr. J.H.D. Petetin (1744-1808), ölümünden hemen sonra yayımlanan ve '*animal elektrik*' konusunu işleyen bir kitabında, somnambüllerin duyularının bedeninde değişik yerlerine —örneğin, tatma duyusunun mideye— aktarılabildiklerini nasıl gözlemlediğini anlatıyordu. Bir keresinde, görme duyusu karnına aktarılan bir kızı incelemiştir. Karnına bir kutu dayayan kızcağız, bu kutunun içerisinde, kendisine gönderilen ve bir İsviçre pulu taşıyan bir mektup bulunduğunu söylemişti. Kutuda ne olduğunu Petetin'in kendisi bile bilmiyordu.

d — Ünlü Bilim Adamları ve Hipnoz Çalışmaları

Tıbbî uygulamaları açısından Mesmerizm'in bilimsel etüdü, okült dünyasıyla arasındaki ilişki yüzünden tamamıyla engellenmiş bulunuyordu. İkinci Fransız Komisyonu'nun soruşturmalarında görev almış olan Potet Baronu 1837 yılında Londra'ya gitti. University College'de profesör olan John Elliotson, Baron'un University College Hastanesi'nde, ayakta tedavi edilen hastalar üzerinde uygulamalar yapmasına izin verdi. Bir yıl sonra Elliotson, Jane ve Elisabeth Okey adında iki histerik hastayı halkın önünde mesmerize ederek bu kişilerin olağan davranışlarından tamamen farklı olan davranışlar gösterdiklerini ortaya koydu. Ancak, bu çalışmalar Elliotson'un itibarını zedeledi ve kürsüsünden istifaya

zorlandı. Eliotson da 1843 yılında *Zoist* adında bir dergi çıkararak davasını halka yaymaya koyuldu. Nitekim, mesmerik etki altında ameliyatlar yapılmaya başlanmıştı. Bu ameliyatlardan ilki 1845 yılında Hindistan'daki Hooghly'de genç İskoç operatörü James Esdaile tarafından gerçekleştirildi. Esdaile'in başarısı Bengal Valisi'ni öylesine etkilemişti ki, Kalküta'da kendisi için bir mesmerik hastane kuruldu.

Tüm bunlar olup biterken, 1843 yılında, Manchester'li göz doktoru James Braid (1795-1860) '*ipnoz*' kelimesini ilk kez kullanan bir kitap yayımlayarak hipnotizma konusunun inceleniminde bir dönüm noktasını oluşturdu. Kitabının adı şöyleydi: «*Nöripnoloji ya da Sinirsel Uykunun Mantiği*» (Neurypnology or the Rationale of Nervous Sleep).

Braid kendisini, '*animal manyetizma*'yı bir sahte-kârılık ya da bir hayal ürünü olarak düşünmeye eğilimli olanların arasında sayıyordu. 1841 yılında bir mesmerizm gösterisinde bulundu ve hastaların nasıl, kendi iradeleriyle gözlerini açamadıklarını gördü. Bu, onun için gerçek bir fenomendi ve Braid kendi başına deneyler yapmaya koyuldu. Sonunda, buna sabit bakışın göz-kapağı kaslarında meydana getirdiği felcin neden olduğunu kanıtladı:

«*Bunu kanıtlayabilmek amacıyla, orada bulunan genç bir baydan, Bay Walker'dan oturmasını, gözlerde ve gözkapaklarında hatırı sayılır bir gerilim yaratabilecek ve objenin görüntüsünü sürekli olarak gözünün önünde tutmasını mümkün kılacak kadar başının yukarısına yerleştirilen bir şarap şişesinin tepesinde bakışlarını sabit tutmasını rica ettim. Üç dakika içinde gözkapakları kapandı, yanaklarından aşağı yaşlar boşandı, başı önüne düştü, yüzü hafifçe katıldı, inledi ve hemen o anda derin bir uykuya daldı, solunumu yavaşladı, derinleşti ve ıslık gibi duyulmaya başladı...*»

Braid, keşfettiği hipnotizma ile eski animal maniyetizma arasında tam bir ayırım yaptı. İpnoz hakkında şunları yazıyordu:

«*Bunu, sinir sistemini yeni bir duruma sokmanın basit, hızlı ve belirli bir tarzı olarak mütalaa ediyorum ki, belirli rahatsızlıkların tedavisinde fazlasıyla kullanılabilir.*»

Braid, önceleri, ipnoz olgusunun basit bir fiziki açıklaması bulunacağını düşünmüştü. Çünkü, olağandışı bir fizik faaliyeti yapmaya zorlamakla süjude olağandışı bir halin oluşmasına yol açmıştı. Fakat, Braid giderek bu görüşü değiştirdi ve 1846 yılında, üç çeyrek yüzyıl önce Cizvit papazı Hell'in yaptığı gibi miknatıslar kullanmaya başlayan Reichenbach Baronu'nu hedef alan bir yazı yayımladı. Reichenbach'ın, '*ipnoz sürecinin zihni yanının önemli etkisini*' göz önünde bulundurmadığını yazıyordu. Braid bir yıl sonra, teorisinin gözden geçirilmiş yeni bir versiyonunu yayımladı ve '*ipnoz*' terimini terkederek —her halükârda, bu terim artık yerleşmişti— trans halinin yeni bir açıklamasını ortaya koydu. «*Monodeizm*» dediği yeni sistemini '*hakim fikirlerin hükmettiği zihnen neden olduğu durum*' olarak tanımlıyordu. Böylece, hipnotik fenomenleri, fizikî bir hastalık için hastasını muayene eden bir doktorun yapacağı şekilde açıklamak çabalarından vazgeçti.

İpnozun fizikî bir açıklamasını arayanlarla, ipnozun tamamen psikolojik bir hal olduğuna inananlar arasındaki çekişme daha elli yıl süreyle ipnoz araştırmalarına hakim olacaktı. Mesmer'in ölümünden bir yıl önce, bir mesmerist olarak Paris'te hatırı sayılır bir başarı sağlayan Portekizli Abbé Jose Custodio de Faria, mesmerizmin etkilerinin '*telkin*' ile oluştuğunu öne sürmüştü. Ancak, bu düşünceye, Braid'in gözden geçirilmiş teorisine ve Sunderland ile Fahnstock'un gözlemlerine

rağmen, hipnotizma konusunun araştırılmasında başta gelen kişi; uzun bir süre boyunca, sadece ipnozun fiziki bir açıklaması bulunduğuna kanaat getirmekle kalmayıp, bu hali bir hastalığın belirtisi olarak gören Jean Martin Charcot'du.



J. M. Charcot

Charcot 1862 yılında, Paris'teki Salpêtrière Hastanesi'ne girerek, çalışmalarını hastanede tedavi gören histerik hastaların üzerinde yoğunlaştırdı. Somnambulizmin histeri ile ilişkili olduğunu düşünüyordu. İpnozun üç belirgin kademesini ayırdetti;

— letarjik bir gevşeme hali;

— kataleptik bir hal (süje bu hale

girdiğinde, bulunduğu durumda katılıp kalmaktadır);

— komple ipnoz'un derin somnambulik hali.

Ancak, 1884 yılında, Charcot'un teorileri, 'Nancy Tıp Derneği'nin Başkanı olan Hippolyte Bernheim tarafından çürütüldü. Bernheim, 6000'i aşkın hastayı hipnotize eden Dr. Ambrose Liébault'un başarılı uygulamalarına karşı ilgi duymuştu. Ne Bernheim ne de Liébault, Charcot'un tanımladığı kademeleri tekrar ortaya koyabiliyorlardı. Bernheim, ipnoz, bu üç tür tezahürünü sadece bir kez gördüğünü ileri sürüyordu. Bu da yıllarca Salpêtrière'de yaşamış olan bir kız tarafından gerçekleştirildiğine göre, bu kızcağız aşikâr bir şekilde, doktorların kendisinden beklediğine şartlandırılmıştı.

Bernheim, ipnoz ve hipnotik olarak gerçekleştirilen tüm faaliyetlerin nedeninin 'telkin' olduğunu açıkladı ve bu görüşünü de bir dizi deneyle kanıtladı. Örneğin, trans haline sokmadan dahi, bir tıp görevlisinin kendisine sokakta saldırarak soyduğuna dair genç bir süjeyi ikna etti. Genç adam, bu olayın meydana gelmiş olduğuna tamamen inanmıştı ve sözde saldırganın, ken-

disinin muntazam adını dizdiği bir dergi derleyicisi olduğu belirtildikten sonra bile olay hakkındaki inancını sürdürdü. Artık, Nancy ekolünün teorileri Salpêtrière'ninkilere üstün gelmişti ve Charcot'un kendisi bile, 1892'de —ölümünden bir yıl önce— yayımladığı ve ruhsal şifacılık (5) konusunu işleyen bir makalesinde, yenilgiyi kabul etmiş gibi görünüyordu.

1884-1885 yıllarında Sigmund Freud, Charcot'un yanında çalışmak üzere Paris'e gitti. Charcot'un etkilediği Freud, Viyana'ya döndüğünde, Freud'u sadece bir hipnotizör olarak görmeye başlayan hipnotizma düşmanlarının ciddi eleştirisi ile karşı karşıya kalmıştı. Psiko-analiz'in kurucusu, 1889 yılında, Nancy ekolünün telkinle ilgili fikirlerini benimsedi. İpnoz, psiko-analizin gelişiminde önemli bir rol oynamıştı, çünkü Freud, hastalarının ipnoz altında, nevrozlarına neden olduğunu teşhis ettiği, bastırılmış anıları hatırladıklarını saptamıştı. Sonunda, 'hipnotik yönelme'nin ('transference') tehlikeli sonuçlarından dolayı bu uygulamadan vazgeçti. Freud, bu yönelmenin bazı durumlarda, hastanın hipnotizörü zaten uygulamada pek başarılı olmadığı hipnotik prosedürün yerine, elini hastanın alınına koyma yöntemini kullanmaya başladı. Bu hareketle de otoriteyi elinde tutan kişiyle otoriteyi kabul eden arasındaki ilişkinin doğru olarak başlatılması amaçlanmıştı.



C. G. Jung

Çalışmalarında ipnozu kullanan C.G. Jung da kendisinin herhangi bir faaliyet göstermesine gerek kalmadan hastalarının, doğrudan bir hipnotik uykuya pekâlâ dalabildiklerini saptadığı için, Freud'u izleyerek hipnotik prosedürü bir kenara bıraktı. Bu fenomen, Sunderland ve Fahnstock tarafından zaten kısmen gözlemlenmiş bulunuyordu. Bunun ima ettiği 'kendi kendine telkin' (auto-suggestion) işlemi, 1910

yılında Emil Coué tarafından, klinik düzenin temeli haline getirildi. Coué'nin şifaları tamamıyla, hastanın kendisi uyanık haldeyken yöneltilen telkine dayanıyordu.

İpnoz'un bu psikolojik anlayışı, 20. Yüzyıl'ın ilk on yılından sonra değişerek Rus fizyoloğu Pavlov'un '*Fizyolojik Hipno-terapisi*'ne dönüştü. Pavlov ipnozu, psişik duruma bağlı bir refleks olarak açıkladı —psişik hareketi yavaşlatma mekanizması (Psychischer Hemmungsmechanismus).

Hipnotizmanın günümüzdeki tıbbî statüsü, sınırlı bir kabul edilme şeklinde görülmektedir. 1920'lerde ve 1930'larda, Amerikalı psikolog Clark Leonard Hull, ipnoz bilgisini uygun bir deneysel temel üzerine oturtabilmek için çok çalıştı.

Kasım 1953'de, '*İngiliz Tıp Kurumu*'nun (British Medical Association) bir komitesi, ipnoz'un belirli nevrozlarda tedavi seçeneği olabileceğine karar verdi ve hipnotik uygulamanın, tıbbın belirli dallarında ihtisas yapanlara öğretilmesini önerdi. Aynı zamanda, '*hipnoterapistler*' de ipnozun, psikoloji ve psikoterapideki kullanımını, hem rahatsızlıkların nedeninin keşfine yardımcı olsun diye ve hem de muhtemel bir tedavi yöntemi olarak canlandırmışlardır.

1960'larda ise, Amerikalı J.F. Chaves tarafından '*Hipnotik Hal Teorisi*' formüle edildi. Bu teori, ipnoz durumunu ve hipnotik davranışları, uyanık olma durumundan esas itibariyle farklı bulmakta, yani değişik bir şuur durumunu ortaya koymaktadır.



2. BÖLÜM

HİPNOTİZMA VE NEO-SPİRİTÜALİST GÖRÜŞ

«Bize göre manyetik hipnoz ile hipnotik hipnoz; perisprî-beden münasebeti bakımından birbirine benzeyen iki hadisedir, yani perisprî-nin bedenden az çok kurtulma halidir, bir degajmandır. Yalnız, bu degajmanın her iki halde keyfi ve kemmî farkları görülür. Ve burada uzun uzadıya anlatılması mümkün olmayan sebeplerden dolayı manyetik görünen yüksek psikolojik tezahürler hipnotik hipnozda bulunmaz.

«Şu halde hipnozun iptidâî tezahürlerini tetkik etmek için Braidizm'e müracaat edilebilir, fakat yüksek fizyo-psikolojik tetkikatı bu yoldan yapmaya kalkışmakla büyük muvaffakiyetler elde edilemez, o zaman daha derin ve tabîî bir degajman hali olan manyetik hipnozdan istifade edilmelidir.

«Biz kendi hesabımıza hipnotik vetirelerden büyük faydalar görmedik, hattâ bu halin husulü için kullanılan prosedeler bakımından hipnotik hipnozu asabi seyyalelerin şiddetli, ani ve sarsıcı boşalma-şıyla müterafık, sınırları yorucu, ve böylece tehlikeli bir hâl olarak kabûl ederiz.»

Dr. Bedri Ruhselman

a — Hipnotizma ve 3 Aşamalı Pratiği

Herhangi bir kişiyi bazı özel işlemlerle ipnoz veya somnambül hale koymak mümkündür.

1 —) *İpnoz'un Birinci Aşaması*: Kendiliğinden Tahayyül Devresi.

Süje bir iskemleye oturtulur, operatör karşısına geçer ve teknik birtakım yöntemlerle onu hipnotize veya manyetize etmeye başlar. Bu işlemin süjedeki ilk tesiri bir ağırlık duygusundan ibarettir. Bu tesir, süjenin bünyevî kabiliyetine göre ya bu derecede kalır veya daha ileri gider. Eğer, süje uygun bir durumdaysa üzerindeki ağırlık hissi kendisini, kendi iradesiyle harekete imkân

bırakmayacak bir tarzda atalete ve uyuşukluğa sevkeder. Bu sırada, şuuru bulanmaya başlar, gözleri kararır, etrafı yavaş yavaş silinmeye yüz tutar. Bu haller, süjenin dış âlemle ilişkilerini gittikçe gevşetmeye başladığını bütün belirtileriyle ortaya çıkarır. Süjenin bu duygusuzluğu ve gitgide silikleşen kişiliği arta arta ve şuuru bulana bulana bir an gelir ki o, dış âlemle ilişkilerini tamamıyla keser ve bu hal, süjeye kişiliğini dahi unutturacak bir dereceye kadar ilerler. Artık o, hiçbir şey değildir veya her şey olabilir. İşte bu hale deneyciler inanma, telkin, şarm vb. halleri gibi birtakım isimler vermişlerdir. Biz buna, aşağıda göstereceğimiz sebepten ötürü kendiliğinden tahayyül devresi diyeceğiz.

İpnozun bu devresinde bulunan süjenin, şuur sahasını ilgilendiren kendi üzerindeki kontrolü tamamıyla felce uğramıştır. Çünkü o, tam bir teşevvüş halindedir. Onun bu teşevvüşünü gerektiren sebepler, aşağı yukarı spatyomun (ahretin) (6) ilk aşamasına ulaşmış ruhların teşevvüşü hakkında söylediğimiz sebeplerin aynıdır.

İşte bu teşevvüş halinin neticesi olarak, operatörün iradesi, süjenin imajinasyonunu sevk ve idare eden iradeye yön verir. Burada esas olan şey, operatörün iradesiyle oluşturulan imajlara, süjenin inanmış olmasıdır ve bu da her şeyden önce, onun vicdanıyla ilgili olan bir meseledir. Mesela, bir kadın olan süjeye operatör, erkek bir garson olmasını söyler söylemez o, derhal kendisini erkek garson halinde duymaya başlar ve erkek garsonluğun bütün icaplarına kendisini tam bir teslimiyetle bırakır. Çünkü, operatörün iradesiyle uyanan kendiliğinden imajinatif faaliyet, süjeyi bu hale inandırmıştır. Bu sırada, operatör fikrini değiştirip ona satıcı bir çocuk olmasını söylerse, süje derhal satıcı bir çocuk haline girer ve satılacak mallarını bağıra çağıra satmaya başlar.

Burada bir noktaya işaret etmek isterim: Yukarıda geçen sözler iyi incelenirse genellikle sanıldığı gibi, ipnoz halinde bulunan bir süjenin iradesinin ortadan kalktığını veya manyetizörün iradesinin mutlak bir surette hakimiyeti altına girdiğini düşünmek hatasına düşülmemiş olur.

Biliyoruz ki, hipnozun kendiliğinden tahayyül devresi, ruhun bedene olan irtibatını gevşettiği ilk safhadır. Bu safha, ruhun hemen hemen spatyomdaki ilk zamanlarına ait teşevvüş halini ilkel ve daha gerçeğe yakın bir şekilde taklit eder. O halde, burada da ruhun kendiliğinden tahayyülü (imagination spontanée) yoluyla birtakım imajlar oluşur. Fakat, bu imajlar süjenin ruhunda mevcut saklı fikir ve duygu unsurlarından oluşmuştur. Bu yüzden, spatyomda olduğu gibi burada da süjelerin, yönünü vicdanından almış iradeleri, bu unsurları birtakım kombinezonlar içinde birleştirerek, objektif bir âlem oluştururlar. Demek ki, operatörün buradaki iradesinin rolü, süjenin ruhunda mevcut imajları ortaya çıkartmaktan ibaret kalır. Ve bu suretle, uyarılan ve süjenin teşevvüş haliyle kendiliğinden oluşan imajinatif faaliyetlerinden süjelerin haberi olmaz. Onlar, tıpkı spatyomun ilk aşamalarındaki varlıkların yaptıkları gibi kendi, kurdukları bu âlemin realitesini kabul ederler. Bu yüzden, tekrar ediyoruz, telkin burada esas rolü oynamaz. O, ancak zaten ruhta mevcut duygu ve bilgi unsurlarını uyandıracak bir uyaran vazifesi görür. İpnözün bu haline ait örneklerden çoğu incelenince bu hakikat anlaşılır. Özetle, operatörün iradesiyle süjenin vicdanında oluşan uyanışlar, derhal onun iradesini harekete getirir. Ve bu irade de süjenin imajinatif faaliyetini süjenin kendisi bilmeden sevk ve idare eder. Demek, ipnoz bu birinci devresinde görünen tezahürlerin zenginliği, süjenin ruhundaki bilgi ve duygu unsurlarının zenginliğine bağlıdır.

Burada süjenin, herhangi bir şahsiyeti veya hadiseyi temsil edebilmesi için mutlaka ona inanması gereklidir. Bu inanma da ancak, o şahsiyete veya o hadiseye ait, süjenin ruhunda bazı izlenimlerin ve izlerin bulunmasına bağlıdır. Operatörün telkini, sadece bu izlenimlere ve izlere göre süjenin vicdanını ve iradesini uyardırmaktan ibarettir. Bir kez 'hal' oluştuktan sonra, süje kendi spontane imajinatif faaliyetiyle objektifleştirilmiş sübjektif hayatında yaşamaya başlar.

Bu hakikatı az çok sezen başka deneyciler de vardır ve hatta onlar bu yüzden ipnozun ilk safhasına '*inanma hali*' demişlerdir. Eğer süje, operatörün emirlerine inanmazsa, daha doğrusu kendi ruhunda bu emirlere uygun izlenimleri ve izleri taşımazsa telkin boşa gider ve operatör ne kadar ısrar ederse etsin süjesine emirlerini kabul ettiremez. Eğer hipnotizör, süjesinin inanmadığı ve tahammül etmediği emirlerinde gereğinden fazla ileri giderse süje histerik krizlere düşer veya uyanır ve o emri yerine getirmez.

O halde ipnozun bu devresindeki bir insanın, operatörün emri altında değil, kendi imajları içinde yaşadığını kabul etmek zorundayız.

Fakat ipnozun gene bu safhasında diğer bir ruh hali daha vardır ki bu, yukarıdaki sözlerimi, dış görünüşte çürütür gibi görünür. Çünkü, burada operatörün emirleri ve telkinleri açıkça gerçekleşmektedir. Buna '*post-hipnotik telkin*' denir. Bu meselenin tartışmasına girişmeden önce, post-hipnotik telkini açıklayalım.

Önceden de söylemiştik ki, bir ruhun serbest haldeki iradesi, bedene bağlı iradesine oranla daha etkindir. O kadar ki, ruh bedene bağlanmadan önceki iradesini bedene bağlandıktan sonraki iradesiyle değiştiremez. Halbuki, burada az çok degaje olmuş, yani az çok spatyoma kaymış bir süjenin serbest iradesi, operatörün

bedene bağı iradesine mahkûm bir durumda görünüyor. Birbirini çürüten bu iki hadiseyi nasıl açıklamalı?

Bu görünüş yüzeyseldir. Eğer örnekler iyi incelenir ve serbest iradenin etkinliğine ilişkin gerek spatyom ve imajinasyon konularında ve gerek biraz önce kendiliğinden imajinasyona ilişkin söylenmiş sözlerde geçen fikirler göz önünde tutularak düşünülürse, bu görüşteki yüzeysellik ortaya çıkar.

Burada da, durum evvelce söylediğimiz gibidir: Operatör iradesiyle, süjenin ruhunda bazı imajları uyandırmıştır. Tıpkı spatyomun ilk kademelerindeki varlıklarda olduğu gibi, teşevvüş halinin inandırıcılığı içinde bulunan süje bu imajların realitesine inanmıştır. Bu hal, teşevvüş halindeki serbest spatyom hayatında, vicdanın direktifi altında hareket eden ve hareket noktasını operatörün telkin ettiği imajlardan alan iradesiyle süjeyi derhal imajinatif faaliyete yöneltmiştir.

Tabiat kanunlarına uygun her imajinasyonun gerçekleşmesi zorunlu olduğundan, bu imajinasyon da doğal olarak gerçekleşme zemini bulacaktır. Diğer taraftan, biliyoruz ki, serbest iradî faaliyetin etkinliği bedene bağı irade ile değiştirilemez. Bu yüzden, süjelerin uykuları sırasında serbest iradeleriyle vermiş oldukları kararları uygulamaları zorunlu bir iş olur. Fakat, burada «vermiş oldukları kararları» deyimine dikkat etmek gerekir. Çünkü, onlar bu kararı vermemiş iseler o işi uyandıktan sonra yapmazlar. Nitekim, aynı süje ile yaptığımız diğer bir deneyde, orada hazır bulunan bir bayanı, uyandıktan yarım saat sonra, herkesin karşısında öpmesini ısrarla istemiştik. Süje, bu teklifimizi, ısrarlarımıza rağmen, kabul ettiğine dair hiçbir şey söylemeden uyandırıldı. Teklifin gerçekleşme zamanı gelin-

ce, süje kendi kendine gülümsemeye başladı, başını iki tarafa sallayarak: «*Acaip,*» dedi. «*Aklıma tuhaf şeyler geliyor.*» Bunun ne olduğunu sorduk. Söylemedi. Bir iki dakika daha aynı gülümseyen ve hayret ifade eden yüzü ile başını sallayarak, aklına gelen fikri uzaklaştırmaya çalıştı ve bu işte kolaylıkla başarılı oldu. Post-hipnotik telkinimiz gerçekleşmedi. Tekrar herşeyi unuttu ve alışılmış halini aldı. Bu sırada kendisini tekrar ipnoz haline koyduk. Uyanıkken aklına gelen şeyin ne olduğunu sorduk. «*Aklıma, ...'ı öpmek geldi,*» dedi. Bu işi neden yapmadığını sorduk: «*Yapmak istemedim,*» dedi. Neden dedik. «*Uygun görmedim,*» dedi.

Görülüyor ki post-hipnotik telkin olayı, akla ilk geldiği gibi ipnozdaki serbest iradenin mahkumiyetini değil, bilakis etkinliğini ifade etmektedir. Ve her post-hipnotik telkinin uyandıktan sonra süjeler tarafından mutlaka yerine getirilmesi de gerekmez. Burada serbest ve gizli iradenin sıkı sıkıya bağlı bulunduğu vicdan başrolü oynar.

O halde, operatör tarafından süjelere verilen emirlerin rolü zahiri ve talidir. Teşevvüş halinde bulunan ruhlarda denetleme zihniyeti felce uğramıştır. Böyle bir ruh, içinde yaşadığı sahnelerdeki imajlara körü körüne inanır ve onlara inanması da kendisinde saklı fikir ve duygu unsurlarına karşı olan samimi bağları ile ilgili bir olaydır. Bu suretle, bu saklı unsurlar, vicdanın direktifi altında serbest irade yoluyla canlandırılır ve bu canlanma işinde doğrudan doğruya etken olan imajınasyon, bu haldeki süjelerin şuuruna çarpamadan gerçekleşir (8).

Konularımızı yakından ilgilendiren ipnozun bu ilk safhasını biraz geniş olarak açıkladıktan sonra diğer safhalarını da kısaca gözden geçirelim:

2 —) *İpnozun İkinci Aşaması: Donma Hali*

İpnozun birinci devresini, donma hali izler. Burada, süjenin gözleri açıktır. Fakat donuktur. Her şey don-

muştur. Ellere, ayaklara, yüze kısacası tüm iradi adalelere verilen vaziyetler uzun müddet sabit kalır. Süje konuşmaz, sadece hareketlerin ve bir de musikinin tesiri altında görünür. Etrafındaki diğer gürültülerden hiç birini duymaz.

3 —) *İpnozun Üçüncü Aşaması*: Somnambulizm Hali

Bundan sonra, klâsik tertipte uykunun üçüncü hali gelir ki, buna da somnambulizm denir. Somnambul halindeki süje kendi üzerindeki kontrol yeteneklerini almış halinden daha şuurlu ve ayrıntılı olarak tekrar kullanmaya başlar. Artık, doğrudan doğruya telkin mümkün olmaz. Süje, ancak ikna yoluyla sevkedilebilir. Yani, birinci devrede telkinin kendiliğinden imajinasyon haline geçmesi otomatik olarak şuursuzca meydana gelir. Bu devrede ise telkin, tahayyülî faaliyeti, ancak yargılama yoluyla ve süjenin az çok şuurlu iradesiyle harekete getirebilir. Bu noktanın, ipnoz halinde meydana gelen bir çok olayları açıklaması bakımından büyük önemi vardır. Somnambulizm halinin bir çok yan tezahürleri ve devreleri vardır ki, bunlar derece derece uyku halinin derinleşmesi sonucudur.

Tezahürlerini pek noksan ve kısaca tasvir ettiğimiz ipnoz haline ait bu bilgiler bu konudaki yorumumuza yardım etmeye yeterli olacaktır.

O halde, suni uyku ne demektir? Acaba hakikaten bu hal bir uyku hali midir?

Deneylerde kullanılan fenni usullere göre alınmış neticeler kesinlikle gösteriyor ki, bu hal, bizim bildiğimiz bir uyku hali değil. Belki, onun tamamıyla tersine meydana gelmiş, ruhun bir faaliyet hâlidir. Bu yüzden, buna suni uyku demek yanlıştır.

b — *Hipnotizma ve Neo - Spiritüalist Yorumu*

Acaba ipnoz hâli, hangi ruhî otomatizma ile oluşuyor, ve burada cereyan eden fizyo-psikolojik olaylar nelerdir?

Bu hususta, Şimdiye kadar herkes bir Şey Őoylemek istemiŐtir. Bunlardan birisi de biz olacağız. Hangi fikrin, hangi teorinin bu işi daha iyi aydınlatmıŐ olacağını zamanla, araŐtırmalarla ve sonraki deneylerle bulup ortaya çıkaracak veya bunlardan daha iyisini ortaya koyabilecek bilim adamları Őüphesiz gelecektir.

Biz, bu olay hakkında gerek Őahsi tecrübelerimizden almış olduğumuz sonuçlara ve gerek bu işte gerçekten yetki ve bilgiyle çalıŐmıŐ büyük araŐtırmacıların ortaya koydukları deney ve gözlemlere dayanarak burada sunacağımız hükümlere varmıŐ bulunuyoruz.

Ruhun bedenle doğrudan doğruya iliŐkide bulunmadığını ve arada perispri (7) gibi daha seyyal maddi bir vasıtanın var olduğunu daha önce söylemiştik. Ve gene önceden konu ettiğimiz gibi, perispirinin de doğrudan doğruya bedene yapıŐmıŐ olmadığını biliyoruz. Buradaki irtibat, üç boyutlu dünyamızın birtakım seyyal maddelerinden asabi, ısısıl, miknatısı ve daha bilmediğimiz birtakım subtil seyyalelerin ve bilhassa asabi seyyalenin yardımıyla mümkün olmaktadır. Öyle ki, gerek ısının ve gerek asabi seyyalenin azalmasıyla veya çoğalmasıyla perispri'nin bedenle iliŐkileri gevŐemeye yüz tutar. Hatta bu unsurlar gerek aŐađıdan gerek yukarıdan hududa biraz daha yaklaŐtıkları zaman vücudun adeta bir ölüm halini aldığını görürüz. Bu hal, hayati seyyalelerin dağılımında meydana gelen mnasebetsizlikler yüzünden perispri ile beden arasındaki irtibatın gevŐemesi ile meydana gelir. Eğer, bu aracı seyyalelerin azalıp çoğalması aŐađıdan veya yukarıdan hududu aŐarsa perispri, tamamiyle ve kesin olarak bedenden ayrılır ki, buna ölüm deriz.

Bedenle perispirinin iliŐkilerine yarayan ve asabi sistemden ayrılmayan en önemli hayat unsuru asabi seyyale ile, aynı hayati amaçlara yöneltilmiŐ diğer aracı

etmenler, ruhî etkinliğin tesiri altında birbirine intikal edebilir. Mesela, manyetik seyyaleler asabi seyyalelere, ısısız seyyaleler asabi veya manyetik seyyalelere geçebilir. Bu işi idare eden ruh, kendi plan ve amaçlarına göre bu seyyal maddeler arasındaki dengeyi düzgün tutarak perispirinin bedenle irtibatını mümkün olduğu kadar sürdürmeye çalışır.

Bu noktayı iyice düşünüp kavradıktan sonra, ipnoz halinin mekanizmasını anlamak kolaylaşır. Çünkü, bizim manyetik ve hipnotik vetirelerle yaptığımız iş, perispiri ile beden arasında denge halinde bulunan bu aracı seyyaleleri azaltıp çoğaltarak veya vücudun bir kısmından diğer kısmına aktarma ederek bu dengeyi bozmaktan ve böylece perispirinin bedenle ilişkilerini gevşetmekten ibarettir.

Şimdiye kadar, ipnoz olayının açıklamasına dair ileri sürülmüş yorumlar arasında bu fikir, zannımca, ipnoz hâlinin diğer teorilerden daha akla yakın bir şekilde açıklamasına yarayabilir. Bu teori, ileride okuyucularımıza takdim etmeye çalışacağımız diğer bir eserde örnekleriyle uzun uzadıya müdafaa edilecektir (9).

Şu halde, ipnoz, perispirinin bedenden az çok ayrılmış, daha doğrusu bedenle ilişkilerini az çok gevşetmiş bir halidir, yani bir degajman halidir (10).



3. BÖLÜM

HİPNOTİZMA VE NARKOZSUZ AMELİYATLAR

«İlaçla anestezide... ağrı sinyallerinin (sinir empülüslerinin) bloke edildikleri ve beyine kadar ulaşmadıkları, hipnotik anestezide [hipno-anestezide] ise, ağrı sinyallerinin beyine kadar ulaştıkları, fakat beyin yüksek merkezleri tarafından kâle alınmadıkları ileri sürülmektedir.»

F. L. Marcuse

Hypnosis: Fact and Fiction, New York, Penguin Books, 1977

a — Hipnotizma ile Narkozsuz Ameliyatlar

Günümüzde denenmekte olan ipnoz şekli, sahnede gösteri yapan hipnotizmacılardan veya sakallı büyücülerin sihirlerinden çok uzun yol almıştır. İnsanın hal ve hareketlerini ayarlayıcı bir araç olarak örneğin, sigara tiryakiliği veya aşırı yemek gibi alışkanlıkları önlemede yardımcı olarak kullanılmaktadır. Polis örgütü suçu ortaya çıkarıcı aletleri arasına ipnozu da katmıştır. Şimdi, her zamankinden daha fazla olarak, psikologlar, hastaların çeşitli ruh hallerini ipnoz aracılığı ile araştırmaktadırlar.

Fakat, asıl önemli yan, halka oldukça az duyurulmuş olmasına karşın, ipnozun tıp'daki uygulaması, ağrıyı kontrol altına almadaki yardımcı yeridir. Esasında tıp dalında kullanılışı, halihazır bilimsel inanca ters düşmektedir. Çünkü, ipnoz insan zihnindeki güçlerin yardımı ile, teknolojiyi ve kimyayı bir bakıma reddetmektedir. İpnoz insanın fizikî durumu ile hissî durumu; vücut ile zihin arasındaki karışık ilişkiler hakkında git-tikçe artan bilinçliliğe yardımcı olmaktadır.

Yaklaşık 10 yıl kadar önce, Washington yakınlarındaki *Walter Reed Ordu Tıp Merkezi*'ndeki, Psikiyatri Servisi Şefi Dr. Harold Wain, hastanenin Ağrılı Hastalıklar Kliniğine ipnozu soktu. Başlangıçta iş arkadaşları şüpheli davrandılar. Fakat özellikle bir olay, onların bu şüpheliliklerini giderdi. Diğer bir klinikten, Dr. Wain'e, şiddetli flebit'ten muzdarip bir hasta kadın gönderilmişti. Gerek cerrahi müdahale, gerekse ilaçla tedavi hastanın ağrı ve ızdırabını gidermekte başarılı olamamıştı. Son bir çare olarak hasta hipnotik tedavi görmek üzere, Dr. Wain'e gönderilmişti. Ve bir hafta içinde taburcu edildi, çalışmaya başlayabildi. Böylece, Dr. Wain'in arkadaşlarının artık düşünceleri değişti. Hâlen, bu klinikte, vakaların % 50'den fazlasına şu veya bu tür bir hipnotik tedavi uygulanmaktadır. Dr. Wain deneyimlerine dayanarak, ipnoz için, «*Ağrıya karşı, sahip olduğumuz cephaneliğimizde değerli bir silah,*» deyimini kullanmaktadır.

İpnoz, ağrıyı uyuşturmaya yardımcı olmak için çeşitli yollarda kullanılabilir. Tedavi ile ilgili olan hipnotizörün vereceği bir işaret ile ağrı hissi hastanın bilincinin en üstüne çıkmaktan uzaklaşabilir. Ağrının yerini alabilecek bir hayal veya heyecan yaratılıp hastanın dikkati ızdırıp kaynağından uzaklaştırılabilir. Bu hallerde ipnoz ya tek başına ya da ilaç veya anesteziye yardımcı olarak kullanılabilir.

İpnozu uygulayan, hastasını geçmiş yıllarında adeta bir keşif yolculuğuna çıkartır. Geçmişe yapılan bu akınlarla, hasta, hâlihazırdaki fizikî durumunu doğuran veya besleyen psikolojik problemlerini yenebilir, nedenlerini hatırlayabilir. Bu olaya *'Ekminezi'* adı verilir (11).

Dr. şöyle diyor:

«*Fizikî bir problemin bir psikolojik olayın temeli olduğunu sık sık görmek gerçekten çok ilginç.*»

En basit uygulama ile ipnoz, hastanın kuruntularını giderirken, ağrı eşiğini de yükseltmek üzere kullanılabilir. Ameliyat öncesi hazırlıklarında hastanın zihnini daha dinlenmiş bir hale getirmek özellikle önemlidir. Hastanın anesteziden, ameliyattan daha çok korktuğunu narkozitörler çok görmüştür. İpnoz, ameliyat sonrası da imdada yetişir. Hastanın fizyolojik uyum yapmasına ve ameliyat sonrası ortaya çıkabilmesi muhtemel ağrılara katlanmasına, ipnoz yardımcı olabilir.

Uyku halinin başlatılması için Dr. Wain bir özel deyim kullanılmasını yeğlemektedir:

«Bu, çok basit ve yaygın bir sözcük olabileceği gibi, hastasına göre son derece özel de olabilir. Örneğin, hastaya kanserli bacağına gerçekte iyileştirici bir buz bloku içine hapsolunduğu telkininde bulunulabilir. Veya, hipnotize edilen erkek veya kadına, esasında sadece ağrılı bacağı hareket ettirildiği veya ilaç yerine sadece su şırınga edildiği halde ilaç tedavisi yapıldığı telkininde bulunulur. Böylece, örneğin damar iltihabı olan bir hastaya ipnoz öğretip kendi özel tedavilerini uygulatabiliriz.» diyor Dr. Wain. (Bu olguya bugün Oto-ipnoz yöntemi denilmektedir.)

Bu hastaların zihnine, kendilerine ağrı verici bacaklarının ağrıyı kesici bir banyo içinde olduğu fikri yerleştirilir ve böylece, ne zaman ağrıyı hissetseler bu hayali kendi kendilerine canlandırabilirler.

Hipnotizmayı yapan kimse, kişide hoş anılar uyandıracak veya kararsızlık, korku veya depresyon üzerinde sakinleştirici etki yapacak telkinlerde bulunabilir. Ameliyat ve ilaçların, şiddetli ağrıları azaltmaya yardımcı olamadığı ileri kanserli bir hasta, zihnen bir 'sihirli-hal'ya bindirilip, çok daha dayanılabilir bir âleme gönderilebilir. İpnoz bu şekilde kullanılmasına bir psikolog, 'bir tür psikolojik lobotomi' (12) demektedir.

b — Hipnoz ve Beyin Organı Üzerindeki Etüdler

Esasında, ipnoz sadece zihinde de değildir. İpnoz altında, bazı hastalar kendi özel yetenekleri ile diğer organlarını etkileyici rol oynarlar. Bir bakıma, ipnoz bize otomatik sinir sistemimiz üzerinde bir kaldıraç, daha önceleri kendi gücümüz ötesinde olarak bilinen fonksiyonlarımızı gönüllü kontrol etme gücü verir.

Astım ve amfizemi olan hastalar solunumlarını düzene sokabilmektedirler. Kalp hastaları keza, kalp atışlarını hafifletebilmekte, kan basıncını ise yükseltip alçaltabilmektedirler. İlaçlara cevap vermeyen migren şeklindeki baş ağrıları hipnotik dürtü ile geçirilebilmektedir. Ağır yanık vakaları kendilerini acıya karşı adeta uyuşturabilmektedir.

Tüm bunlara rağmen, herkes hipnotize olamamaktadır. (İpnoza yatkınlık yüzdelerine ilişkin, bugüne değin hiç bir araştırmacı kesin bir rakam ortaya koyamamıştır. Ve bu durum, çeşitli kaynaklarda değişik rakamlarla ifade edilmiştir. Ancak, genel olarak insanların % 25-30'unun ipnoza yatkın olduğu söylenebilir. Öte yandan, yaklaşık % 5-10'umuz ipnoza dirençlidir. Bu rakamlar arasında kalan diğer insanlar ise değişik derecelerde ipnoza yatkındırlar.)

İpnozu doğuran gerçek mekanizma pek anlaşılammakta ise de, temelinin beynin sağ yarısında olduğu kanısı yaygındır. Beyinlerinin bu yarısı ile devamlı etkilenen kişiler de, beynin bu 'hayali-algı' ve hissedici küresi ile uyumlu olarak kolayca hipnotik baygınlık şekline geçebilirler. 8-11 yaşlarındaki çocuklar, ipnoza en yatkın kimselerdir. Çünkü onlar, erginler gibi henüz çetin, maddî, herşeyi pratikleşmiş, hatları kesinleşmiş dışdünya ile şartlandırılmamışlardır. Hislerin ve hayalin rol oynadığı gizli dünya ile çok daha fazla bağlantıları vardır.

c — Hipnoz Olayı ve Şuur Halleri Etüdüleri

Hepsinin üstünde, ipnoz, çoktandır bir rüya hali olmaktan çıkmış, 'şuurun değişik bir dönemi' olarak kabûl edilmektedir. Özel kliniğinde Dr. Wain, Spiegel'in, —İpnoz Başlatma Profilini (HBP)— yani, ipnoza olan yatkınlığı ölçmek için yapılan standart testi uygulamaktadır. Bu test'de ipnoz altındaki şahsın göz yuvarlağı hareketi ile kol'un havaya yükselme hızı ölçülür. Göz hareketinin ölçülmesi testinde hastadan, tıpkı tavani inceliyormuşçasına gözlerini yukarı dikmesi istenir. Sonra doktor alt göz kapağından itibaren gözakının göz köşesine olan uzaklığını ölçer. Bu uzaklık ne kadar fazlaysa hastanın ipnoza yatkınlığı o denli büyüktür. Uyutulan kimseden, sonra, sol veya sağ kolunu kaldırması istenir. Kolu kaldırma hızı da başka bir kanıttır. Bu ölçüleri yapan doktor, psikolojik durumu gösteren profilin de yardımı ile kendine, izleyeceği bir yol çizer.

Dr. Wain, şöyle demektedir: «*Tedavinin asıl amacı kendi kendini hipnotize etmeyi öğretmekle, sorumluluğu hastaya aktarmaktır. Böylece hasta, kendi tedavilerini etkili şekilde yapmaya yeterli olabilmektedir.*»

Hastalara bu gibi hipnotik tedaviyi kabul ettirme her zaman kolay olmamaktadır. Dr. Wain, bundan sorumlu olarak hipnozu ve bilinmeyene olan korkumuzu gösteriyor:

«*Hastaları eğitmek onlara ipnozun ne olduğunu anlatmak için çok fazla zaman harcıyoruz,*» diyor. New York'taki 'Columbia Presbiteryen Tıp Merkezi'nin anestezi uzmanı Dr. Lester Mark da bu fikre katılarak şunları ekliyor:

«*Hasta yönünden çok güçlü inanca gerek var. Çünkü, birçok hastalar ilaçlara daha çok güven duyuyorlar.*

İlaçlara sıkı sıkıya sarılma alışkanlığımız var. Gece bizi uyutan, gündüz uyanık tutan, yaşama işinin tüm güçlüğünü biraz olsun azaltan tüm bu ilaçlardan bazıları fizikî yönden alışkanlık yapmaktadır, birçoğu da psikolojik bakımdan.»

Dr. Edgar Anderson'a göre ipnoz, ilaçlara olan bağı koparmak için bir yol oluşturmaktadır. Dr. Anderson, New York-Stony Brook'daki üniversitenin Sağlık Okulu'nun kalp-solunum bilimleri başkanıdır. Şöyle demektedir:

«İpnoz barbitüratlar gibi kandolaşımına karışmaktadır. Kişiyi ilaca alışkın kılmamaktadır. Niçin bir kimse valium kullansın? Niçin o kimse, onun yerine, aile doktoruna kendini hipnotize etmeyi öğrettirip aynı etkiyi zihninde yaratmaya çalışsın? Böylece, belki de ilacın yerine ipnozu koyabilir.»

Son zamanlarda yapılan bir incelemede, ipnoz ile diğer çeşitli analjezik ilaçlar karşılaştırıldı. Milli Sağlık Enstitüsü tarafından desteklenen bu inceleme; akupunktür, ipnoz, morfin, valium, aspirin ve ilaç yerini tutacak bir yalancı madde, deneye katılan kimseler ve hastalar üzerinde ağrı kesici yönden denendi. Soğuk basınç testi kullanıldı. Hastanın eli buzlu suya sokularak ağrıya olan dayanıklığı ölçüldü.

Testin uygulamasında yardımcı olan Dr. George A. Ulett, *«İpnoz hepsinden etkili çıktı. Ağrı eşiklerini yükseltmek suretiyle deneye tabi tutulanaardan yarısının ağrısını azalttı,»* diye raporunu bildirdi.

Tıp kuruluşlarının, ipnoza olan şüpheciliğine rağmen, Dr. Anderson gelecekte ümitli. İpnoz tedavideki başarısı ve laboratuvardaki çalışmalar güçlü bir durum oluşturmaktadır. Dr. Anderson, genç doktorlar tarafından ipnoza gerçek ilgi duyulduğunu görmektedir:

«Tıp öğrencileri hasta ile kişilikleri yönünden ilgilenmektedirler. İpnoz kuşkusuz, hasta ile doktor arasındaki ilişkiyi geliştirmek için iyi bir yoldur. Böylece, ikisi arasında uyum ve teklisiz dostluk kurulmaktadır. Sonuç olarak hastanın tıbbî ve psikolojik yönlerden ortaklaşa tanınması mümkün olabilmektedir. İpnoz efanesinin bir yönü tamamen hayal değildir. Kişide araştırılan potansiyel güç ipnoz seansını gerçekleştirmektedir.»

Psikologlar, şuna işaret etmektedirler ki, çoğumuz hatta ipnoz altında dahi idrâk ve kararlarımızın zorlamalarına karşı koyamayız. Bununla beraber, ipnoza çok yatkın olanlar kolayca uyum yapmakta ve doğal bir kendinden geçme haline girebilmektedirler.

Dr. Wain yalnız şuna dikkati çekmektedir. İpnoz seansını yürüten kimsenin ne yaptığını bilmesi önemlidir. Çünkü, bazen hastanın, bir tür psikopatolojik durumu vardır ki, bu duruma hakim olabilmesi gerekir.

Kökene belirsiz ağrılar için kendi kendine ipnozu kullanan kişiler için de Dr. Mark şöyle demektedir:

«Bir doktorun gözetiminde olmaksızın bir ağrıyı bastırmak için ipnoza başvurmak komplikasyon doğurabilir. O ağrı belki de çok daha ciddi bir durumun belirtisidir.»

1958'de ipnozun tedavi edici değeri tıp ve dişçilikte resmî olarak tanındı. O zamandan beri geçen yirmi yıl içinde, bu alanda çalışanların adedi hızla arttı. Bugün 6000'den fazla doktorun ipnozu, bazı alışkanlıkların giderilmesi ve ağrıyı kontrol altına almada kullandıkları tahmin edilmektedir. Kendilerini hipnotik şarlatanlık ve gösteri yapanların damgasından korumak için bu işle uğraşan doktorlara 'hipnoterapist' denilmektedir.

4. BÖLÜM

HİPNOTİZMA VE AĞRISIZ DOĞUMLAR

'Spazm'da yaralanma, ağrılar ve hastalıklar gibi insanoğlunun kaçınmadığı unsurlardan biridir. Özellikle kadınlar doğum sırasında spazmın, kasılmanın tipik örneklerini vermektedirler. Spazm olduğu sürece de ağrılar daha fazla olmaktadır. Anne olacak tüm kadınların en büyük düşü ağrısız, sancısız bir doğum yapmaktır. Modern ilâçlar bunu gerçekleştirmektedir, ama doğacak çocuk üzerinde zararlı olabilmektedirler. İlâcsız bu iş nasıl olacaktır peki? Kendi kendine telkin ve bedensel alıştırmalar, doğumu ağrısız bir hale getirmektedir, fakat hipnotizma veya kendi kendini hipnotize etmek ve psikolojik yöntemler ağrısız doğumun temel unsurları arasında gelmektedir. Avrupa'da doktorlar gün geçtikçe Hipnotizma yolu ile daha çok doğum yaptırmayı denemekte ve başarıya ulaşmaktadırlar.

a — Hipnoz ile Ağrısız Doğum ve Sonuçları

Belly Johnson adında, 26 yaşında genç bir kadın, ameliyat masasına uzanmış yatıyordu. Her iki dakikada bir, sancı adı ile bilinen ritmik büzölmeler oluşmaktaydı. Fakat bunlardan hiçbiri, onun yüzünde acı etkisi yaratmıyordu. Gözleri açık, kasları gevşek olmasına rağmen, hipnotik bir uyku halinde bulunmaktaydı. Doğum uzmanı Dr. William Kroger ona:

«Şimdi kendinizi nasıl hissediyorsunuz?» diye sordu. Genç kadın sakin bir şekilde:

«Eskisinden farksız gibiyim. Etlerimin büzölüp gevşediğini hissediyor, arasına bir itme etkisi duyuyorum. Fakat, bunlar bana hiç bir zarar vermiyorlar,» diye cevap verdi. Aradaki farkı anlamak için bazı büzölmeleri, hipnotizmanın dışında denemek istediğini de sözlerine ekledi. Doktor:

«Pekâlâ, yalnız işaretle haber verme yöntemimizi kullanacağız. Sağ omuzunuza dokunduğum zaman, hipnotizmanın etkisinden çıkacak ve birkaç dakika sonra, sol omuzunuza dokununca, tekrar hipnotizmanın etkisine gireceksiniz. Hazır mısınız? Bir, iki, üç,» dedi.

Elinin sağ omuza dokunmasıyla, hayret edilecek bir değişiklik oldu. Alnında ter damlaları parlamaya başlayan genç kadın, kıvrılarak yumruklarını sıktı. Birkaç saniye sonra, doktor onun sol omuzuna dokununca, olağanüstü bir değişiklik meydana geldi. Genç kadın, kolları bedeni boyunca yana düşmüş, elleri gevşemiş bir halde, yeniden uzanmıştı. Bir saat sonra, çocuk doğmuş bulunuyordu. Çalışma sonunda anne, her büzülüşte, karnın itme ikazını izlemişti. Doğum uzmanı, bebeği kendisine uzattı. Genç annenin yüzü neşe ile aydınlanmıştı. Bedeni acısı hafiflemeden, hipnotizmanın etkisi kaldırılmamıştı.

Bu yöntemi uygulayan doktorlara; hipnotizma gerçekten doğum sancılarını yok eder mi? Tüm kadınlar üzerinde başarılı oluyor mu? Tehlikesiz midir? Etkili ise neden çok uygulanmıyor? gibi sorular sorulduğunda, değişik cevaplar alınmakla beraber konunun kuşku götürmeyen yanı şuydu:

Doğumcuların çoğu, geleneksel yöntemi yeğlemektedir ve annelerin çoğu da, onlarla birlik olmaktadır. Halbuki, ipnozla doğum, ne fazla tehlikeli, ne de zordur. Geleceğin anneleri, çok az bir korku ile karşılaşabilirler.

Hipnotizma, her ne kadar kadınları, adsız bir işkenceden koruyacak çareleri ortaya koymamaktaysa da, diğer birçokları arasında, iyi sonuçlar sağlayan bir yöntemdir. Tıptaki hipnotizmanın, tiyatrolarda göz boyayıcılara başarı sağlayan hipnotizma ile hiçbir ilişkisi yoktur. Bu, hamile ile doktorun karşılıklı isteği ile işbirliği

ne dayanan hilesiz bir yöntemdir. Bazı kadınlar, derin hipnotizmaya karşı etkisizdirler. Bunlardan, hipnotizma etkisi altında doğum yapan yarısından çoğunun ek bir kimyasal anesteziye ihtiyaçları vardır. Yöntemlerinde başarı göstermiş doğumcular dahi, hipnotizmanın, klâsik acı dindirici yöntemlerin tamamıyla yerini alamayacağını asla gizlememektedirler. Gerçekte hipnotizma bilinç halinin bir değişikliğidir. Mesela, uyumak ve uyanmak, bilincin iki halinden ibarettir. Derin bir şekilde düşünmek de bunlardan bir başkasıdır. Onun özelliklerinden biri, bilincin doğal hali içinde, süjenin telkinlere karşı olan hassasiyetlerini son derece arttırmaktadır. Doktor hamileye:

«*Karnınızın etlerini gevşetin!*» der. Onun karnının etlerini gevşettiği görülür. Doktor yine:

«*Hiç bir şey duymayacaksınız!*» der ve o hiçbir şey duymaz. Bu, en azından, birçok kadınlarda rastlanan bir haldir.

Psikologların, buna benzer birçok haller meydana getirmelerine karşın, hipnotik telkinin, acıları nasıl azalttığı pek iyi bilinmemektedir. Bir futbolcu, topuk kemiği burkulduğu halde, hiçbir şey olmamış gibi oynama devam etmiş, maçın sona erdiğini bildiren düdük sesinden sonra, birdenbire acıyı duymuştur. Hipnotizma da aynı şekilde, şöyle bir etki yapmaktadır: Acı duygularının bilince girişi önlenmiştir. Doğum uzmanlarından çoğu, doğum acılarını dindirmek için, 19. yüzyılın bu yönteminden yararlanırlar (Bkz: Bölüm - 1). Fakat, kimyasal anestezinin ilerlemesi sonucunda, yöntem unutulmuştur.

Doktorlardan çoğu, anestezi maddelerinin uygun bir şekilde kullanılmamasının, anne ile çocuğu, oksijenden yoksun bırakma tehlikesi ile karşılaştırdığını hatırlatarak ve annelerin, bebeklerinin doğmasına yardımcı

olma zevkini tadamamalarına tepki göstermişlerdir. Bu tepki ilk kez 1944 yılında, Dr. Grantly Dick Read adında, genç bir İngiliz doğum uzmanının, '*Ağrısız Anne Olma*' adlı ünlü eserini yayımladığı zaman olmuştur. Dr. Read bu eserinde, doğal yöntemlere dönmeyi ve geleceğin annelerine, korkularını gidermeye olanak veren, özel bir eğitim yapılmasını öneriyordu. Her ne kadar doktorlardan çoğu, yöntemin ayrıntıları hakkında, kendisi ile uyuşamadılarsa da, büyük bir kısmı, onun teorilerinin psikolojik faktörlerinin üstünlüğünü takdir etmişlerdir ve onunkine yakın yöntemler hemen tüm annelere uygulanmıştır.

Read İngiltere'de çalışırken, William Kroger adında, Chicago'lu genç bir doğum uzmanı da, '*doğum-hipnozu*' ile ilgilenmekteydi. Kroger, başlangıçta hastalarını tüm anılarını yok etmeye sevk ederek, onları tamamiyle gevşek bir hale koymaktan yararlandı. Bu koşullar içinde hipnotizma, kimyasal ağrı dindirme yöntemine göre, en azından şu önemli yararı sağlamaktadır: Annenin ve çocuğun gereksindiği oksijen oranını azaltmamak...

Dr. Kroger, operasyonun psikolojik yönlerini çok yakından incelediğinde Dr. Read gibi, tam bir bilinçsizliğin anneyi zengin bir denemeden yoksun bıraktığı sonucuna vardı. Böylece, doğumun tüm bedenî acılarını dindirerek, anneye doğumcu ile işbirliği yapacak, yeterince ruhsal güçlülük veren bir hipnotizma tekniği ortaya konulmuş oldu.

Hipnotizmadan yararlanan tüm doktorların, bugün anneye tam bir bilinç bırakmak için çaba harcadıkları sanılmaktadır. Bu yöntem bir başka avantajı daha kapsamaktadır. Amerikalı doktorlar grubunun sunduğu bir raporun belirttiğine göre, hipnotizma ile yapılan doğumlarda, doğum süreci yaklaşık olarak iki saat kı-



Resim - 2 : Hipnotizma ile ağrısız doğum

salmaktadır. Doğumculardan çoğu altıncı veya yedinci aydan itibaren, hastalarını altı defa, bazen daha fazla alıştırmaya tabi tutarlar. Dr. Kroger, hastalarına, zaman ve paradan kazandırmak amacıyla ortak kurslar açmıştır. Kursu, eşlerden birçoğu da gelmiştir. Bunların arasından bir bey açık bir şekilde, kuşku içinde bulunuyordu. Doğum uzmanı, bu beyin eşi olan hamilelerden biri üzerinde, bir topluiğne yardımı ile his kaybı gösterisi yaptı. Genç kadın gülmeye devam ederken, eşi iğne kendisine batıyormuş gibi sıçradı. Alnında biriken terleri silip, ona doğru eğilerek şöyle dedi.

«Şimdi iğnenin batacağını sanıyorum.»

İlgililer ve onların doğum uzmanları ile yapılan görüşmelerde, ağrısız doğumla, hipnotizma ile yapılan doğum arasındaki benzerlik ortaya çıktı. Her iki yöntem de ufak dozlardaki anesteziye başvuru imkânı vermektedir. Her ikisi de anneyi uyanık, gevşek ve çalışma süresince, tüm varlığı ile doğumcuya yardıma hazır tutmaktadır.

ABD'deki Ohio eyaletinin Cleveland kentinde Dr. Howard Taylor'ın açıkladığına göre ağrısız doğum yapan kadınlardan çoğu, gerçekte hafif bir trans hali içindedirler. İki yöntem arasındaki fark ise hipnotik uykunun özellikle daha çabuk, daha güvenceli ve derin olmasından ibarettir (Bkz: Resim - 2).

b — Sancısız Doğum'da Hipnotizma'nın Etkisi

İnsanlar asırlardan beri kadınlara sancısız doğum yaptırmanın çarelerini araştırıp durmuşlardır. Bu, doktorların olduğu kadar hiç kuşkusuz kadınların da en büyük hayalidir. Günümüzde modern ilaçlar, bu konuda bir dereceye kadar başarılı oluyorsa da, bu ilaçların kadın ve çocuk sağlığı üzerinde belirli bazı yan etkileri olduğu da bilinen bir gerçektir. Bu konuya ağırlık ve

ren doktorlar 'İpnoz' ve 'Kendi kendine telkin' yöntemlerinin kullanılarak sancısız ve zararsız bir doğum yapmanın mümkün olduğunu saptadılar.

Bu konuda en ilginç araştırmalar özellikle siğillerin tedavisinde yapılmakta ve başarılı sonuçlar alınmaktadır. Bilindiği gibi, siğiller bir tür virüs tarafından meydana gelmekte ve deri üzerinde çirkin bir görünüm yaratmaktadırlar. Elektron-mikroskop'u yardımı ile görülebilen bu virüslerin ancak vücutta sağlanabilecek bir reaksiyonla etkisiz hale getirilmesi mümkün olmaktadır.

Son yapılan bilimsel bir araştırmada sadece 'telkin' yöntemlerinin kullanılarak sancısız ve zararsız bir doğum yapmanın mümkün olduğu saptanmıştır.

Yine 'telkin' yoluyla bazı insanlarda sıcaklık ve soğukluk hislerinin yok edildiği ve bu yolla kızgın demiri ellerinde tuttukları halde hiç bir acı duymadıkları görülmüştür.

Montreal'de yapılan, '26. Klinik ve Deneysel İpnoz Konferansı'nda bir sezaryen ameliyatının ipnoz yöntemi uygulanarak yapıldığı haber verilmekteydi. Bu ameliyat esnasında hiçbir uyuşturucu ilaç kullanılmamış, bu nedenden ötürü de anne ve çocuk sağlığı tehlikeye girmediği gibi doğum süresince anne aktif bir durumda kalabilmiştir.

Bu arada, Viyana Hastanesi Başhekimisi Dr. Werner Richter ile aynı hastanenin baş narkozitörü yeni bir 'Narkoz-İpnoz' yöntemi geliştirmişlerdir. Bu yöntemde anneye çok hafif dozda narkoz verilmekte ve anne çok zayıf etkili bir sarhoşluk durumuna getirilmektedir. Bu durumdaki anne sayı sayabilmekte ve sorulan sorulara cevap verebilmektedir. Bu sayede, ipnoz yardımı ile annenin tamamen ağrısız bir doğum yapabilmesi mümkün olabilmektedir.

İsveçli bir doktorun ifadesine göre ise, diş çekmekten, birçok ağır ameliyatlara kadar, ipnoz yönteminin uygulanabildiği söylenmektedir.

Günümüzde, ipnoz yönteminin geliştirilmesi ile sancısız doğum yapılabilmesinin giderek yaygınlaşacağı sanılmaktadır. Bu da gerek doktorlar gerekse geleceğin anneleri için umut kaynağı olmaktadır (13).

c — Doğum Kontrol'de Hipnotizma Faktörü

Milanolu psikolog doktor 55 yaşındaki Roland Marchesan tarafından İtalya'nın Milano kentinde ilk kez ipnozla doğum kontrolü uygulaması yapılmıştır. Doktorun babası, ünlü psikolog doktor 79 yaşındaki Marco Marchesan da *'Uluslararası Tıbbî ve Psikolojik İpnoz Derneği'*nin başkanıdır. Baba-oğul Marchesanlar ipnozla doğum kontrolü uyguladıkları yüz kadından 85'inde bu uygulamada yüzde yüz başarılı olunduğunu açıkladılar.

Hap ve doğum kontrolü için kullanılan birçok aletlerden sağlığa zarar geldiğini gözönüne alan Dr. Marchesan *«İpnozla doğum kontrolü sağlığa zararsız olduğu gibi kadınların ancak altı ayda bir seansa gelmelerini gerektiriyor. Bu da her gün ilaç içmekten daha kolay olmaktadır,»* dedi. İpnoz'un bu yeni uygulama sahasının diğer doktorlar tarafından da uygulanacağı belirtildi...



D İ P N O T L A R

- (1) Bkz: **PARAPSIKOLOJİ**, kitap - 7 ... Böl: 1/f
Bkz: **PSI-TIP**, kitap - 38 ... Böl: 2/b
- (2) **Cizvitler**: Hıristiyan azizlerinden Ignatius Loyala tarafından 1534'de Paris'te kurulmuş '**İsa Derneği**' adlı kuruluşun üyelerine verilen ad.
- (3) Bkz: **PSI-TIP**, kitap - 38 ... Böl: 1/k
- (4) Bkz: **DURUGÖRÜ**, kitap - 35
- (5) Bkz: **PSI-TIP**, kitap - 38
- (6) Bkz: **ÖLÜM VE AHRET**, kitap - 15 ... Böl: 1
Bkz: **SPATYOM**, kitap - 42 ... Böl: 2
- (7) Bkz: **DOSTLAR PLÂNI-1** ... Dipnot: 21
- (8) Bkz: **DOSTLAR PLÂNI-2** ... Böl: 4/Sıra: 11, 12, 13
- (9) Bu tür bir kitap yayımlanmamıştır. Ne varki, 1952'de yayımlanan medyomluk isimli kitabında kısa açıklamalar yapılmıştır.
- (10) Medyomun transa geçmeden önce kendini etraftan bir konsantrasyon vasıtasıyla tecrit etmesi, bedensel alakalardan kendini sıyırması, ruh-beden ilişkisini gevşetmesidir.
- (11) Bkz: **EKMİNEZİ**, kitap - 9
- (12) **Lobotomi**: Sinir cerrahisinde, beynin bir lobu içindeki sinir tellerini kesme ameliyatı.
- (13) 7-11-1976 Gazeteler



KAYNAK VE DANIŐMA KİTAPLARI

- 1 — BACON, Axel Wayne. *Hypnotism*, Chicago, Nelson-Hall Co. Publishers, 1949.
- 2 — CAVENDISH, Richard. der., *Encyclopedia of the Unexplained: Magic, Occultism and Parapsychology*, London, Routledge and Kegan Paul, 1974.
- 3 — DETHLEFSEN, Thorwald. *Das Leben nach dem Leben: Gespräche mit Wiedergeborenen*, München, Heyne-Buch, 1976.
- 4 — HALL, Timothy ve GRANT, Guy. *Superpsych: The Power of Hypnosis*, London, Abacus, 1978.
- 5 — HULL, Clark Leonard. *Hypnosis and Suggestibility*, New York, Appleton-Century, 1933.
- 6 — LeCRON, Leslie M. *The Complete Guide to Hypnosis*, California, Barnes & Noble Books, 1973.
- 7 — MARCUSE, F.L. *Hypnosis: Fact and Fiction*, New York, Pelican Books, 1977.
- 8 — RUHSELMAN, Bedri. *Ruh ve Kâinat*. Istanbul, Gayret Kitabevi, 1946.
- 9 — WEBB, Dominique. *L'hypnose: et les Phenomenes PSI*, Paris, j'ai lu, 1976.





Hipnotizma, varlığın psişik yapısının araştırılmasında ve birçok hususların aydınlatılmasında, incelenmesinde vb. çok önemli bir tekniktir. Varlığın metafiziksel denilen üst yapısının, fiziksel dünya ve beden ile nice yakından ilişkili ve bağlı olduğu, çeşitli hipnoz araştırmalarında açıkça ortaya çıkmaktadır.

Varlığın ruhsal üst yapısının en kaba son-ucu olan fizik beden, gerçekte bu üst ruhsal kaynak ve varlığın, ancak bir vasıtasıdır. Bu gerçek, sadece Hipnotizma tekniğiyle bile kanıtlanabilmektedir. Ruhsal varlığa yapılan etkiler, fizik varlık, yani beden üzerinde öylesine şaşırtıcı sonuçlar ve tepkiler oluşturabilmekte ki, bunların ışığında, artık, varlıkların gerçek ruhsal-fiziksel bütünlükleri giderek ortaya çıkmaktadır.

Deniz içre olup, denizi bilmemek gibi, insanların da, ruhsal benliklerini unutup ve görmezlikten gelip, kendilerini yalnızca et-kemik yığından ibaret sanmaları büyük bir geriliktir. Bunun, varlıklar üzerinde, sayısız yan-sonuçları, milyarlarca psikolojik hastadan meydana gelen bir hasta insanlık oluşturmuştur. Ve insanlık artık, gerçekler ile iyileştirilmektedir.

Bu yapıyla, şu hususlara ilişkin bilgi edinebilirsiniz:

Hipnotizma ve Tarihsel Gelişimi İçerisindeki Evreleri.

Hipnotizma ve Çeşitli Uygulama - Deney Teknikleri.

Hipnotizma ve Varlığın Psişik Yapısının Kudretleri.

Hipnotizma Üzerine Bilim Adamlarının Görüşleri.

Hipnotizma İle Tıbbî Tedavi Teknikleri ve Pratikleri.

Hipnotizma İle Çeşitli Olağanüstü Uygulama Sonuçları.