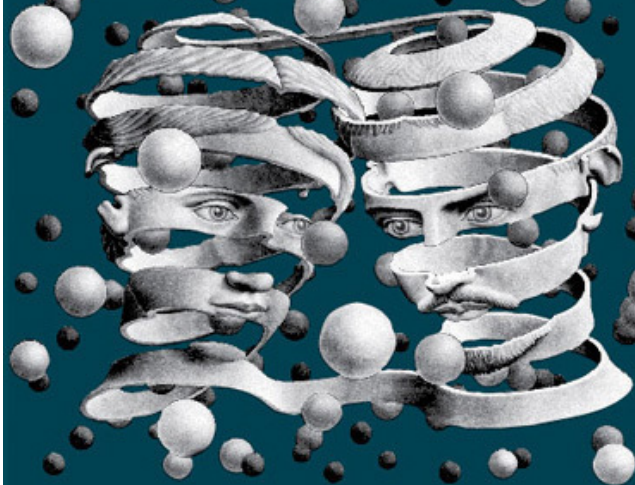


Константин
ПЛАТОНОВ



**ЗАНИМАТЕЛЬНАЯ
ПСИХОЛОГИЯ**

Константин Константинович Платонов

Занимательная психология

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=5314504

Константин Платонов. Занимательная психология: РИМИС; Москва;
2011

ISBN 978-5-9650-0088-3

Аннотация

Автор, известный психолог Константин Константинович Платонов, написал эту книгу... в больничной палате, где он лежал после инсульта. Написал увлекательно и просто, с большим количеством примеров, описаний необычных опытов, удивительных экспериментов. В ней сотни коротких рассказов-заметок, охватывающих три области: сознание, личность, деятельность. «Такие психические процессы, как сознание, ощущение, восприятие, представление, мышление, эмоции, воля, – говорил Платонов, – не даются человеку раз и навсегда готовыми, неизменными. Человек должен их активно развивать, помогая всестороннему расцвету личности». Книга выдержала несколько изданий и переведена на 18 языков мира. Издание 5-е, исправленное.

Содержание

Вступление	6
Часть I	9
Глава 1	9
Есть ли сознание у Шарика?	9
Субъективный мир животного	11
Фитопсихология	13
Ой! Больно!	14
Потеряла... сознание	15
«Пти маль»	16
Уже было	17
Что рассказал умерший	18
Еженощная потеря сознания	20
Мгновение или час?	23
Вещие сны	24
Режьте, братцы, режьте	27
Experimentum mirabile	30
Животный магнетизм	32
«Сторожевой пункт»	33
Разгаданная загадка	35
Методом гипнорепродукции	37
Конец ознакомительного фрагмента.	39

Константин Платонов

Занимательная психология

Издательство «РИМИС» – лауреат Литературной премии им. Александра Беляева 2008 года.



Текст печатается по изданию: К. Платонов. Занимательная психология. – Издание 5-е, исправленное. – СПб.:

Питер Пресс, 1997. – 288 с., ил. – (Серия «Азбука психологии»). Учены более поздние литературные правки Г. Платоновой.

Художественное оформление книги выполнено с использованием образного ряда иллюстраций, созданных художником В.Н. Грибко для издания: Платонов К.К. Занимательная психология. – Издание 4-е, переработанное. – М.: Молодая гвардия, 1986. – 224 с., ил. – (Эврика).

Выражаем искреннюю благодарность А.К. Платонову, сыну К.К. Платонова, за согласие на издание книги и помощь в работе над ней.

Благодарим Кольцову Веру Александровну, заместителя директора Института психологии РАН, доктора психологических наук, профессора, за помощь в подготовительной работе.

Вступление

Предыстория этой книги

Все имеет свою историю и даже предысторию.

Эта книга началась с путешествия на речном пароходе. Уже в первый день мое внимание привлекла компания оживленно споривших молодых людей. До меня доносились слова: «скорость реакции», «мотивы», «эмоции», «искусственный интеллект»... и даже таинственное «игнорабимус»...

А на следующее утро ко мне подошел юноша и, извинившись «за беспокойство», спросил:

– Вы, случайно, не профессор Платонов, автор «Занимательной психологии»? – И, получив утвердительный ответ, уже смелее бросился в атаку: «Прочитав вашу книгу, я решил посвятить себя психологии, и вот теперь я студент психологического факультета Ярославского университета. Но переспорить скептиков из нашей компании не могу. Вот если бы вы захотели мне помочь?!

Так я оказался на время поездки включенным в жаркие споры, пытаясь объяснить, как это может быть наука о том, чего, казалось бы, и нет. Ведь психология в точном переводе с греческого означает «наука о душе». А существует ли душа? Этот вопрос с незапамятных времен волновал человечество.

Мне пришлось рассказать своим новым знакомым, что автором первого научного психологического трактата «О душе» (греческое «псише» – душа, отсюда и принятая сейчас эмблема психологии – буква «пси») был Аристотель, сын греческого врача, живший с 384 по 322 год до новой эры. Само слово «психология», хотя и встречалось в литературе уже в X в., было введено как обозначение науки о душе только немецким философом Христианом Вольфом (1679-1754), и лишь после этого психология (а раньше говорили «пнеуматология», от греческого «пнеума» – дыхание) стала рассматриваться как самостоятельная наука.

Я привел им слова немецкого психолога Германа Эббингауза (1850-1909) о том, что психология имеет длинное прошлое и короткую историю. И действительно, история психологии как экспериментальной науки начинается с 1879 г., когда немецкий философ и психолог Вильгельм Вундт (1832-1920) основал в Лейпциге первую в мире экспериментально-психологическую лабораторию. Вскоре Владимир Михайлович Бехтерев (1857-1927), приехав от Вундта, у которого он, как теперь говорят, стажировался, организовал подобные лаборатории в Казани в 1885 г., а затем и в Петербурге.

Долгие разговоры с молодыми, полными творческой энергии людьми помогли мне осознать, что сейчас нужна уже другая, но также «занимательная» психология, излагающая современный уровень всей системы психологической науки

в целом: сжато, кратко, интересно, но полно и современно. В этой новой книге должно быть немало нового и даже спорного.

Эта книга лежит перед вами, мой читатель! Ее можно читать с любого рассказа, «вразбивку», но полезнее подряд.

А теперь **РАСКРОЙТЕ КНИГУ НА СТРАНИЦЕ 148 И ПРОЧТИТЕ** рассказ, напечатанный там¹. Я вас прошу об этом, хотя и не сомневаюсь, что вы **ЭТО СДЕЛАЕТЕ!** Заметив выделенную печатью фразу, вы обязательно заинтересуетесь, что же рассказано на странице 148. Это вроде новогодней игры с поиском подарка по записочкам: «А теперь ищи там-то!»

НО РАССКАЗ НА СТРАНИЦЕ 108² СЕЙЧАС НЕ ЧИТАЙТЕ!

Ну вот мы и познакомились с вами, мой читатель!

¹ Рассказ «Загадки Эшера».

² Рассказ «Запретный плод сладок».

Часть I

Сознание

Глава 1

Загадки сознания

Есть ли сознание у Шарика?

Раз, на «зеленой стоянке», когда мы, поднявшись на гору, сели отдохнуть, один из моих спутников, глядя, как увязавшийся за нами неутомимый деревенский черный песик с веселым лаем ловит свой хвост, с улыбкой заметил:

– Интересно, что «воображает» сейчас Шарик? И вообще, есть ли у собак сознание? – И, обернувшись ко мне, добавил: – А что на этот счет говорит наука?

– Хорошо, я отвечу на ваш вопрос, но только скажите мне, у вас есть кипа?

– Какая кипа?

– Ну, кипа, есть она у вас или нет?

– Но я не знаю, о чем вы спрашиваете? – недоумевал юноша. – Объясните, пожалуйста, что такое кипа, тогда я смогу ответить, есть ли она у меня.

Улыбнувшись, я сказал:

– Вот так же и люди не смогли ответить, есть ли сознание у животных, пока не поняли, что это такое – человеческое сознание, которым они наделяли животных или которое отрицали у них.

Люди долгое время думали, что сознание человека – это «бессмертная душа», частица «божьего духа», якобы живущая в брэнном теле. Есть душа в теле – человек сознает; временно вылетела из тела – он в обмороке или спит; совсем рассталась душа с телом – значит, человек умер.

Представляя себе так человеческое сознание, нетрудно было ответить и на вопрос о душе животных, хотя ответы тут были различны. Одни полагали, что только человек, «созданный по образу и подобию Божию», имеет душу. Другие верили, что душа как частица Бога есть и у животных. До сих пор в Индии многие считают грехом убить комара, клопа или любое другое живое существо, обладающее якобы такой же душой, как и человек. Но были люди, которые, борясь с религиозными взглядами на сознание, отрицали его полностью не только у животных, но и у человека.

Современная психологическая наука рассматривает человека как материальный продукт природы, а его сознание – как функцию высокоорганизованной материи его мозга. Сознание человека развивалось одновременно с речью в процессе труда и общения с другими, себе подобными людьми. Поэтому это еще и общественный продукт.

Сознание каждого из нас не только отражает окружающий мир, но и творит, переделывает его. А это свойственно только человеку.

Субъективный мир животного

Моему собеседнику теперь захотелось, так сказать, влезть в душу Шарика. Еще бы! Ведь очень любопытно стать, как в сказке, ненадолго собакой, муравьем, ласточкой, чтобы потом, опять превратившись в человека, помнить все, что воспринимал, думал и чувствовал, будучи животным. И мне был задан вопрос:

– Каков субъективный мир животного?

На это я ответил словами двух великих естествоиспытателей:

«Мы не в состоянии судить, что происходит в уме животного», – сказал Чарльз Дарвин.

«Мы ничего достоверно не можем знать о внутреннем мире животного», – сказал Иван Петрович Павлов.

Однако огорчаться не следует. Сила человеческого сознания позволяет познавать опосредственно, с помощью мышления, те явления, которые не могут быть познаны непосредственно, с помощью ощущения. Психология изучает различные стороны и проявления сознания человека: восприятие, внимание, мышление, память, чувства, волю. Наука эта уже сейчас в состоянии в известной мере приоткрыть завесу, за

которой пока скрывается внутренний мир животного. А то, чего пытливое человеческое сознание еще не познало, оно непременно познает в будущем. Во всяком случае, можно надеяться, когда-нибудь человек все же научится смотреть на мир глазами змеи и чувствовать его, как голубь. Он настроят на мозг собаки некоего рода приемник, подключит его к передатчику, настроенному на свой мозг, и как бы станет Шариком. Но вот нажимать кнопки на аппарате, чтобы совершить обратное превращение, придется уже кому-нибудь другому. Шарик-то ведь не будет знать, что он может стать человеком.

В вероятности этого можно усомниться. Однако известны слова Ивана Петровича Павлова: «При страшной сложности работы больших полушарий, по-видимому, имеется такой принцип: все то, что было образовано, не переделывается, но остается в том же виде, а новое лишь наслаивается». Это и определяет принципиальную возможность описанной мною фантазии.

Человек не помнит всех своих детских чувств и восприятий, но на современном уровне науки, например, с помощью гипнорепродукции его можно заставить многое вспомнить. Никто не станет отрицать следующего: когда-нибудь человечество научится восстанавливать в памяти значительно точнее все то, что забыто.

Значит, если предположить, что человеческий мозг на какое-то время будет функционировать как мозг собаки,

то впоследствии принципиально возможно заставить мозг, ставший опять человеческим, вспомнить, что происходило в его «собачий» период.

Дарвин и Павлов не случайно писали: «не в состоянии судить», «достоверно не можем знать» в настоящем, а не в будущем времени. Человеческий мозг не так уж далек от мозга собаки. Но у человека и, например, муравья нервная система устроена настолько различно, что нет никаких оснований предполагать, будто на мозге человека удастся когда-либо смоделировать работу глоточного кольца муравьев, заменяющего им мозг.

Фитопсихология

Испокон веков люди, одухотворяя природу, наделяли божественной душой весь мир. Такой пантеизм является не только формой религий, возникших на заре человечества, но и в виде панпсихизма перешел в учение многих позднейших философов и естествоиспытателей: Джордано Бруно (1548-1600), Эрнста Геккеля (1834-1919) и других. Даже такой передовой мыслитель, как Константин Эдуардович Циолковский (1857-1935), допускал существование зачатков психики у отдельных атомов.

В конце прошлого века за рубежом и у нас появились течения, наделявшие психикой растения. Были даже попытки создать специальное научное направление фитопсихологию

или психоботанику. Некоторые следы панбиопсихизма сохранились в науке и по сей день, удовлетворяя потребность человека наделять психикой все живое.

Ой! Больно!

– Ой! Больно! – вскрикнула Лена. – Меня укусила пчела, а убить ее я не успела.

– Тебе вот больно, а сделать больно пчеле ты себя считаешь вправе! – заметил Сережа.

– А пчеле и не больно, – вмешался я. – Насекомые боли не испытывают, поскольку у них нет психики. А боль – обязательный компонент психики. Переживание боли как проявление опережающего отражения – это сигнал наступающей катастрофы организма. Оно и явилось скачком при переходе от низшей формы отражения, определяемой ганглиозной нервной системой, к психическому отражению как продукту коры головного мозга, свойственному трубчатой нервной системе позвоночных животных.

У пчелы же, как и у всех членистоногих, червей, моллюсков и других беспозвоночных, – цепочечная, или комиссуральная, нервная система, напоминающая простейший телефонный коммутатор. Она обеспечивает только генетически обусловленное поведение и вегетативные реакции животного, но не может обеспечить психики, а следовательно, и боли.

– Пчела – это живой робот! – закончил я.

Потеряла... сознание

Разбивая орехи, девушка больно ударила молотком по пальцу. Только что она смеялась, болтала – и вдруг побледнела, зашаталась и, если бы ее не подхватили, упала бы. В таком состоянии она была одну-две минуты, никак не реагируя на обращенные к ней взволнованные слова. Потом глубоко вздохнула, открыла глаза и растерянно улыбнулась.

О своем самочувствии девушка рассказала:

– Было очень больно, затошнило немного, закружилась голова, зазвенело в ушах, все стало как в тумане, потемнело в глазах... А что было потом – не помню.

Обморок испокон веков служил источником суеверий. От удара каменным топором терял сознание первобытный человек. Люди «видели», как с выдохом душа якобы улетала изо рта пострадавшего, а потом одновременно с глубоким вздохом возвращалась. Как же тут было не отождествлять вздох, душу и сознание? И не назвать психологию пнеуматологией?

Причиной обморока – внезапной, обычно непродолжительной, на несколько минут, а то и секунд, потери сознания – является острая недостаточность кровоснабжения головного мозга. У человека бледнеет лицо, а кровь оттекает от мозга и скапливается во внутренних органах. Мозг очень чувствителен к питанию кровью. Если «порция» крови недостаточна, мозг получает мало кислорода; в результате может

наступить потеря сознания. Глубокий рефлекторный вздох уменьшает кислородное голодание мозга, сознание возвращается.

Недостаточное кровоснабжение мозга зависит от различных причин. В данном случае оно было вызвано болью. Иногда обморок бывает результатом резкого перераспределения крови. Так может произойти, если долго лежавший человек быстро встанет. Или у летчика при выводе им самолета из пикирования.

Обмороки наглядно показывают зависимость состояния сознания от правильной работы мозга и от условий, в которых он находится.

«Пти маль»

А бывает и так. Работает человек, разговаривает или пишет. И вдруг на несколько секунд или десятков секунд его сознание как бы выключается. Он не падает, а только останавливается или даже продолжает автоматически что-либо делать, иногда совершает какое-то нелепое действие. Потом приходит в себя, не замечая и не помня своего кратковременного выключения сознания. Если он писал, то на бумаге могут остаться черта или колечки. Это – заболевание, которое называют «пти маль», что по-французски значит «маленькая болезнь».

Немало суеверий порождает эта болезнь. И не только

раньше, но порой и теперь. Больной во время выключения сознания может что-то сделать (например, погасить или зажечь свет), а потом приписывает это либо другим людям, либо «таинственным силам».

Уже было

– Я готовился к экзаменам и очень устал, у меня появилось странное состояние сознания, – обратился ко мне один студент. – Сижу, занимаюсь, или разговариваю, или слушаю лекцию, и вдруг так отчетливо начинает казаться, что все это уже когда-то было, вот так же точно, как сейчас. Но я хорошо знаю: эту лекцию я раньше не слышал, да и в этой аудитории впервые. Говоришь это себе, а впечатление того, что все это уже происходило, не пропадает. Скажите, не опасно ли это?

Я успокоил его. Психиатрам известен этот симптом нарушения узнавания, он бывает обычно при переутомлении и называется «дежа вю», что по-французски значит – «уже видел». Это явление нередко становилось источником суеверий. Набожный человек считал, что хотя физически он и не присутствовал при том или ином событии прошлого, но зато там была его душа. Она, мол, все испытывала и видела.

Такое переживание появляется, когда что-то действительно напоминает ранее пережитое, но утомленный человек не понимает этого. Тогда и начинает казаться, что все однажды уже было.

Лучшее средство избавиться от таких ощущений – хороший отдых.

Что рассказал умерший

Смерть всегда заставляла человека задуматься над ее сущностью. Именно смерть побудила людей создать миф о бессмертной душе.



Душа покидает человека в момент его смерти

Хотя иллюзия бессмертия в раю много столетий помогала человеку смягчать тяготы земной жизни, мечта о возможно-

сти воскрешения из мертвых на земле тоже не оставляла людей, что отразилось во множестве сказок и легенд всех народов мира.

Советский ученый Владимир Александрович Неговский сумел доказать, что решение задачи воскрешения человека из состояния, называемого клинической смертью, посилено современной науке.

Вот выписка из истории болезни одного из многих, воскрешенных еще самим Неговским: «Смерть последовала от шока с острой кровопотерей 3 марта 1944 г. в 14 часов 41 минуту. Раненый находится в состоянии клинической смерти. Пульс не прощупывается. Сердце не работает. Дыхание отсутствует. Зрачки расширены максимально. После начала оживления через час появились первые признаки восстановления сознания... В 23 часа общее состояние больного тяжелое. Он спит. При оклике легко выходит из сна. Отвечает на вопросы. Просит пить. Жалуется на то, что ничего не видит. На следующий день зрение у оживленного восстановилось».

А вот что рассказал сам «воскресший»:

– Я потерял сознание еще до момента смерти, и оно вернулось ко мне по окончании операции. Все это время я пробыл как бы под наркозом. Я проспал свою смерть.

Теперь эта своевременная процедура, получившая название реанимации, стала массовым явлением. Ее осуществляют не только в условиях больницы, но и в специально оборудованных реанимационных автомобилях «Скорой помощи».

Но рассказы других «умерших» и «воскресших» не всегда похожи на этот. Состояние клинической смерти до сих пор окутано тайной. В старину люди, пережившие нечто подобное, внушали окружающим трепет. Считалось, что даже мгновенное соприкосновение с потусторонним миром придает человеку некую мистическую силу, особую чувствительность, способность к ясновидению.

Еженощная потеря сознания

Постарайтесь сегодня, когда ляжете спать, запомнить, как засыпаете, а завтра утром заметить, как осознаете пробуждение.

Очевидно, такой опыт не у всех получится одинаково хорошо. Многие вообще не заметят, как заснут и проснутся; люди же очень впечатлительные, ожидая, когда это произойдет, пожалуй, так и не смогут заснуть.

Любопытная запись одного такого опыта:

«Я попросил моего соседа не спать и разбудить меня через несколько минут после того, как засну, чтобы сразу, пока не забыл, записать свои ощущения.

Как я засыпал. Помню, что следил за собой, слышал, как тикают часы, лают собаки. Вспоминал вчерашнюю прогулку на лодке, потом мне показалось, что я на лодке, но тут же сообразил, что лежу в постели и должен следить, как буду засыпать. А потом сосед начал меня толкать. Я говорю ему,

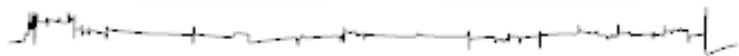
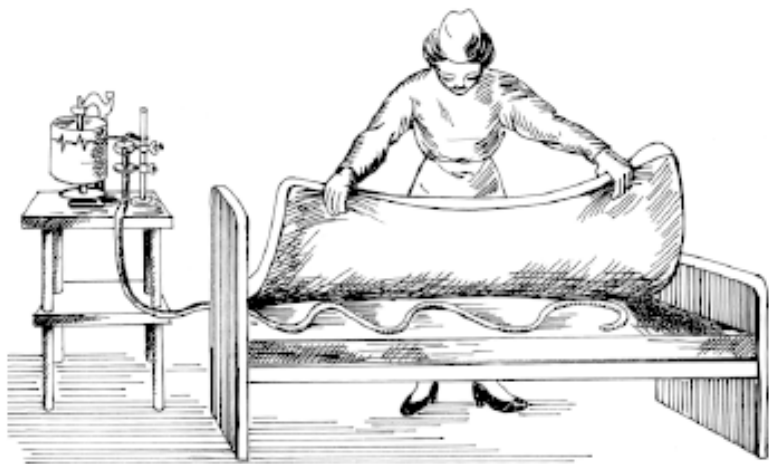
что еще не сплю, а он уверяет, что я уже храпел и не слышал, как он меня звал.

Как я проснулся утром. Лай Мушки становился все отчетливее. Чувствую солнечные лучи на моем лице, однако глаз не открываю, продолжаю видеть сон, будто еду в поезде, в купе, где была собака. Вдруг я понял, что лежу в своей постели. Приоткрыл глаза и сейчас же вспомнил, что должен записать, как я буду просыпаться. Но мне очень не хотелось совсем отгонять сон, и мелькнула мысль: «Еще посплю». Потом вспомнил, что решил воспитывать волю, встал и все записал».

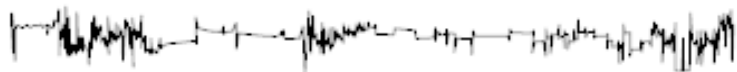
Повторив такой опыт, каждый может убедиться, как при засыпании и при пробуждении постепенно меняется состояние сознания от ясного до полной его потери и наоборот. Особенно отчетлива эта смена у человека, который очень хочет спать, но что-либо мешает ему заснуть. Эти «просоночные» состояния, промежуточные между сном и бодрствованием, позволяют лучше понять сущность сознания человека.

Для людей, не умевших объяснить, что такое сон, это состояние человека служило поводом для всякого рода суеверий. У некоторых народов было даже табу – религиозный запрет – будить спящего, потому что душа его якобы может не успеть вернуться, если улетит слишком далеко. Было табу переносить спящего на другое место: а вдруг душа, вернувшись, его не найдет?

Актография (запись движений спящего) позволяет судить о глубине сна



Актограмма глубокого сна



Актограмма поверхностного сна

Работы Ивана Петровича Павлова и его школы, казалось бы, решили загадки сна как суточного биоритма смены возбуждения и торможения коры головного мозга. Но последующие физиологические исследования с помощью электроэнцефалограмм (ЭЭГ) спящего человека показали, что этот вопрос значительно сложнее. Оказалось, что есть два вида сна,

связанных с быстрыми и медленными волнами, регистрируемыми ЭЭГ. Их так и называли: быстрый сон (и только он связан со сновидениями) и медленный сон.

Мгновение или час?

Известный драматург, не будем называть его имени, на премьере своей пьесы от усталости заснул, как только поднялся занавес. И – о чудо! – во сне автор видел всю пьесу от начала до конца и с удовольствием следил за тем, как публика хорошо его принимала. Вот под гром оглушительных аплодисментов опустился занавес. Тут драматург проснулся и... услышал, что со сцены доносятся первые реплики. Весь его сон длился несколько секунд.

Никакого соответствия между длительностью событий, развертывающихся в сновидении, и продолжительностью сна нет. За несколько секунд можно увидеть очень длинные сновидения.

Французский историк Мори, живший в прошлом веке, однажды увидел сон, который его так удивил, что он начал специально изучать этот вопрос и написал книгу «Сон и сновидения». Вот как сам Мори рассказал об этом сне:

«Я лежал больной в постели, мать моя сидела около меня. Мне казалось, что мы живем во времена Великой французской революции: я видел разные волнующие сцены и был приведен на заседание Революционного трибунала. Я увидел

Робеспьера, Марата и других известных деятелей революции; я спорил с ними и, наконец, после ряда приключений, услышал свой смертный приговор. Затем я увидел толпу с высоты роковой тележки, взошел на эшафот, и палач привязал меня; топор упал, и я почувствовал, как голова моя отделилась от шеи. В этот момент я проснулся в страшном ужасе и увидел, что одна из перекладин полога кровати упала и ударила меня как раз по шее. Мать уверяла, что я проснулся сейчас же после падения перекладины».

Вещие сны

– Смотрите, какая занятная книжка, я ее взяла у старой-престарой бабушки, нашей уборщицы. – Девушка протянула мне засаленную брошюрку.

На ее титульном листе был нарисован спящий, рядом с ним – звонящая в колокол смерть с косой. Книжка называлась «Толкование сновидений известного старца Мартина Задеки». Издание 1914 г.

– В свое время, – сказал я, – подобный «сонник» в разных его вариантах был очень популярен. О нем писал еще Пушкин в «Евгении Онегине»:

*Ее тревожит сновиденье,
Не зная, как его понять,
Мечтанья страшного значенья
Татьяна хочет отыскать.*

*Татьяна в оглавлении кратком
Находит азбучным порядком
Слова: бор, буря, ворон, ель,
Еж, мрак, мосток, медведь, метель,
И прочая. Ее сомнений
Мартын Задека не решит...*

Девушка полистала книжку и прочла: «Видеть и есть во сне арбузы – знак неудовольствия и печального приключения. Видеть во сне индийских кур – знак получения чина или значительного наследства».

– Чепуха какая-то! – рассмеялась она.

– Полная бессмыслица, – подтвердил я. – Хотя, знаете, содержание сновидений нередко дает психоневрологам ценный материал. Ни один авиационный врач, например, не допустит к полету летчика, которому после перенесенной или хотя бы только виденной аварии все время снятся катастрофы. Врач примет меры, чтобы летчик хорошо отдохнул, отвлекся, а может быть, и полечился. Эти сны являются у него симптомом невроза.

Нередко анализ характера сновидений помогает врачу понять причину нервного заболевания, выяснить психическую травму, то есть сильное или длительное переживание, вызвавшее болезнь.

Бывает и так. Человеку приснилось, что его за ногу больно укусила собака. Об этом он рассказал своим родным и знакомым. А через некоторое время место «укуса» стало бо-

леть, здесь образовалась злокачественная опухоль. Это научно достоверный факт.

Подобные случаи производят столь сильное впечатление, что нет ни одного народа, в сказках, легендах и суевериях которого не фигурировали бы вещие сны, предсказывающие будущее.

Объяснить такого рода сновидения довольно просто. Начинающееся заболевание часто бывает незаметно днем, потому что в это время кора головного мозга испытывает большое число возбуждений различной силы. Ночью же, когда внешних раздражителей нет или их по крайней мере значительно меньше, эти болевые ощущения доходят до сознания и принимают форму ситуационных сновидений.

По этому поводу невропатолог Михаил Иванович Аствацатуров писал: «Если тревожные сновидения с элементом страха смерти сочетаются с внезапным пробуждением, то это может возбуждать подозрение о заболеваниях сердца в таком периоде, когда никаких других субъективных жалоб, указывающих на такое заболевание, не имеется».

Известно немало фактов, когда решение житейской или научной задачи приходило на ум не днем, а ночью, в сновидении. Так, немецкий химик Кекуле увидел во сне структурную формулу бензола. Дмитрию Ивановичу Менделееву сон помог создать периодическую систему, что вызвало в свое время самые разные толки и окружило открытие мистическим ореолом. Композитор Тартини слышал во сне, как

кто-то играл сонату. Вольтеру приснился новый вариант его «Генриады».

«Сном пользовались боги, чтобы сообщить людям свою волю», – говорил Гомер. В древней Спарте особые чиновники – эфоры – при обсуждении трудных государственных дел ложились спать в храмах, чтобы во сне им пришло правильное решение.

Народная пословица гласит: «Утро вечера мудренее». Это верно не только в силу уже сказанного, но и потому, что вечером усталому мозгу свойственна инертность нервных процессов.

Интересно, что чем глубже сон, тем из более ранней поры приходят ассоциации и толкования впечатлений. У крестьян сложилось поверье, что если приснятся давно умершие родители, значит быть дурной погоде. В этом, пожалуй, есть свой смысл, так как перед ненастьем обычно бывает состояние глубокой сонливости, которая характеризуется образами, выплывающими во сне из давно пережитого. Именно так известный физиолог Николай Евгеньевич Введенский объяснил механизм еще одного вещего сна.

Режьте, братцы, режьте

«... Будьте так добры, читатель, взгляните на эти стихи и скажите, не находите ли вы в них чего-либо зловредного:

*Кондуктор, отправляясь в путь,
Не режь билеты как-нибудь,
Режь их заботливой рукой:
Здесь пассажир, здесь спутник твой!
Пачка синих – восемь центов,
Пачка желтых – за шесть центов,
Пачка розовых – лишь три.
Осторожней режь, смотри!*

Хор:

*Режьте, братцы, режьте, режьте осторожней!
Режьте – перед вами пассажир дорожный.*

Недавно в одной газете я натолкнулся на эти звучные строки и прочитал их раза два. Стихи мгновенно и совершенно овладели мною. За завтраком они кружились, носились у меня в голове, и, когда я сложил салфетку, я не мог сказать, ел я что-нибудь или нет... Я взял перо, но мог написать только: «Режьте, братцы, режьте, режьте осторожней! Режьте – перед вами пассажир дорожный...» На этот день работа погибла. Я бросил ее и пошел бродить по городу и вдруг заметил, что мои ноги выступают в такт с безжалостным размером. Это стало невыносимо, и я перестроил походку. Не помогло! Рифмы приноровились к новому роду шагов...»

Так начинается рассказ Марка Твена «Режьте, братцы, режьте» о том, как строки этих «зловредных стихов» длительно и навязчиво его мучили. Нужно сказать, что в англий-

ском подлиннике они еще более ритмичны, почему Твен и взял их за основу рассказа.

У человека утомленного нередко, особенно перед сном, появляются навязчивые повторения (так называемые персеверации) какой-нибудь фразы, чаще рифмованных строчек, мотива, а иногда образа, как у Бориса Годунова:

И мальчики кровавые в глазах...

Слово «персеверация» происходит от латинского «персеверо», что значит – упорствую. Физиологическим механизмом персеверации является инертность возбuditельного процесса в каком-либо очаге коры головного мозга, так называемый «застойный очаг возбуждения». Персеверации могут быть и у вполне здорового человека. Кислородное голодание, например, в высотном полете, в горах или в плохо проветриваемой шахте способствует появлению персевераций. Но иногда навязчивая мысль становится симптомом психической болезни – невроза.

Близки по своему механизму навязчивым мыслям и так называемые «сверхценные мысли». Различие между ними заключается в том, что человек стремится избавиться от навязчивых мыслей и борется, часто вопреки логике, упорно, но необоснованно, за свои «сверхценные мысли». В этих случаях обычно говорят: «Вбил себе в голову и ничего другого слышать не хочет».

Experimentum mirabile

Итальянец Анастасиус Кирхер в книге «Великое искусство света и тьмы», изданной в 1646 г., описал опыт, названный чудесным, Experimentum mirabile.

Если связать курице ноги, положить на стол и провести мелом от каждого глаза линии так, чтобы вместе они образовали прямую, проходящую через оба глаза курицы, то она останется лежать неподвижно, даже если ей развязать ноги.

Кирхер считал, что все дело в линиях, которые видит курица. Но оказывается, линии рисовать необязательно, достаточно быстро перевернуть птицу на спину. То же можно проделывать и с голубями, морскими свинками, кроликами, лягушками. Особенно эффектно опыт выходит с большой ящерицей агамой кавказской. Она застывает, словно восковая, в какую позу ее ни поставь, и долго так стоит.

«Experimentum mirabile – чудесный опыт», описанный в 1646 году, и другой его вариант



Все это проявления так называемой каталепсии, которую иногда называют гипнозом животных и, бывает, используют в цирке. Известный дрессировщик Владимир Леонидович Дуров часто демонстрировал фокус с индюшкой, показанный на рисунке.

Состояние каталепсии может быть и у людей: иногда загипнотизированного человека, находящегося в состоянии каталепсии, можно положить затылком и пятками на два стула, и он будет лежать как деревянный. «Это есть один из самоохранительных рефлексов задерживающего характера», – говорил Павлов, давая объяснение опыта Кирхера и всех аналогичных ему состояний животных и человека. Павлов считал, что при каталепсии происходит торможение коры головного мозга и даже ее выключение, но деятельность двигательных центров не угнетается.

Это еще одно своеобразное состояние психики, которое сходно проявляется и у человека, и у животных.

Животный магнетизм

Венский врач Франц Месмер в 1774 г. подал в Парижскую академию наук тезисы, в которых пытался обосновать теорию животного магнетизма.

Месмер доказывал, что больных якобы можно лечить не только прикладыванием к их телу магнита, но и животным магнетизмом – флюидами, неким «психическим током», будто бы излучаемым некоторыми людьми, способными конденсировать в себе магнетизм планет. Под влиянием этих флюидов человек засыпает и излечивается.

В 1784 г. специальная комиссия, в состав которой входили знаменитые ученые Антуан Лоран Лавуазье и Вениамин Франклин, а также врач Гильотен (тот самый, что спустя восемь лет изобрел машину для казни – гильотину), заявила, что она единодушно пришла к следующему заключению по вопросу о существовании и пользе магнетизма: ничто не доказывает существования животного-магнетической жидкости, следовательно, это несуществующее вещество не может приносить пользу.

Однако комиссия не смогла опровергнуть факта, что один человек может искусственно усыпить другого. Поэтому взгляды Месмера получили довольно широкое распространение. Отголоски их дошли и до нашего времени.

Изучать «магнетический сон» начал английский врач Бр-

эд. В 1843 г. он издал книгу «Нейрогипнология», в которой категорически отрицал теорию флюидов. Засыпание человека, описанное Месмером, Брэд правильно объяснил утомлением глаз. Оно, например, наступает, если долго смотреть на блестящий предмет. Брэд назвал это состояние гипнозом, используя греческое слово «гипнос», означающее «сон».

И после Брэда было немало попыток объяснить различные загадочные явления гипноза, которым еще в древности жрецы пользовались с религиозными целями. Наиболее таинственной казалась связь усыпленного с усыпившим его, так называемый раппорт, позволяющий врачу делать указания и распоряжения, точно выполняемые пациентом, внушать даже обезболивание. Благодаря раппорту усыпленный разговаривает, отвечает на вопросы, ходит и так далее. После пробуждения у него наступает амнезия: он забывает все, что делал в состоянии гипноза.

Объяснение этих явлений было дано Иваном Петровичем Павловым в учении о высшей нервной деятельности.

«Сторожевой пункт»

Во время войны во фронтовом госпитале мне пришлось наблюдать врача, которому после нескольких бессонных суток удалось наконец поспать. Вскоре привезли раненых, и нужно было оказать им срочную помощь. Но врача никак не могли разбудить. Его трясли, обрызгивали лицо водой. Он

мычал, крутил головой и опять засыпал.

Тогда я сказал негромко, но очень отчетливо:

– Доктор! Привезли раненых! Нужна ваша помощь! – И он сразу проснулся.

Объясняется это так. Те, кто раньше будил врача, воздействовали на глубоко заторможенные участки его мозга. Я же обратился к его «сторожевому пункту», как называл Павлов незаторможенный или мало заторможенный участок коры головного мозга, бодрствующий даже во время крепкого сна. Человек через «сторожевой пункт» связан с внешним миром.

Раздражение, доходящее до таких «сторожевых пунктов» мозга, может растормаживать и другие участки коры головного мозга, ранее глубоко заторможенные. Так, мать, заснувшая над колыбелью больного ребенка, не просыпается, если ее кто-либо громко позовет, но сейчас же встрепенется, когда дитя тихо застонет. Мельник мог крепко спать во время грозы, но сразу просыпался, если жернова останавливались.

Клетки «сторожевого пункта» заторможены не полностью и находятся в так называемой «парадоксальной фазе», при которой они более чувствительны к слабым раздражителям, чем к сильным. Именно поэтому слова, разбудившие врача, я произнес негромко, зато очень четко.

У животных тоже есть «сторожевые пункты». Благодаря им летучие мыши спят, повиснув вниз головой, и не падают, лошади спят, как известно, стоя, а у спящего осьминога все-

гда одна какая-нибудь «дежурная нога» бодрствует.

Дельфин же спит по очереди правым и левым полушарием.

Когда врач усыпляет больного, между ними устанавливается постоянная связь, так называемый раппорт. Он определяется образованием в мозгу больного «сторожевого пункта», как бы нацеленного на врача.

Разгаданная загадка

Учение Павлова полностью лишило гипноз приписываемой ему ранее таинственности. Оно установило общность гипноза со многими, давно известными явлениями.

Кто из нас не испытывал желания заснуть на скучной лекции, к тому же читаемой монотонным голосом? Мать убаюкивает ребенка мелодичной, но обязательно монотонной колыбельной песней. Тем же методом врач с помощью гипноза вызывает у человека сон.

Дома мы в привычное время засыпаем скорее, чем в иной, новой для нас обстановке. Условно-рефлекторные механизмы (о них мы поговорим позднее), определяющие это, имеют очень большое значение и в гипнозе. Врач словами напоминает гипнотизируемому о его состоянии при обычном засыпании, и это также вызывает сон. При коллективных сеансах гипноза вид одного уснувшего способствует усыплению других.

Но между обычным сном и гипнозом есть различие. «Если на пути разливающегося в коре больших полушарий торможения никаких препятствий нет, вы получите обыкновенный сон. В случае охвата тормозным процессом только части коры больших полушарий вы будете иметь частичный сон – состояние, которое обычно называют гипнозом», – так Павлов толковал это различие.

Голос врача оставляет в коре головного мозга засыпающего бодрствующий очаг – «сторожевой пункт» (см. рис. на стр. 63³), о природе которого мы уже беседовали. Когда кто-нибудь другой, а не усыпивший врач, что-либо говорит находящемуся в гипнозе, тот не реагирует; так же бывает и в обычном глубоком сне. Но голос гипнотизера доходит до «сторожевого пункта», и потому усыпленный его слышит.

Слово, принятое «сторожевым пунктом», становится внушением, способным растормозить определенные участки коры головного мозга или сохранить их заторможенными после пробуждения. Поэтому, если врач, усыпивший больного, говорит: «Просыпайтесь!» – он просыпается. А вот кто-либо другой этим словом разбудить усыпленного не может.

Если загипнотизированному ничего не внушать, он будет просто спать. Это так называемый «гипноз-отдых», сам по себе обладающий целебной силой. Я видел человека, усыпленного в состоянии алкогольного опьянения. После непродолжительного гипноза-отдыха он проснулся совершенно

³ Рассказ «Узор и канва».

трезвым.

Однажды, дежуря в госпитале, я усыпил днем своего больного и решил его не будить. Он проспал до следующего утра и сам проснулся отдохнувшим и бодрым, как после обычного хорошего, крепкого сна.

Методом гипнорепродукции

Человек после сильной контузии был болен. Тяжелые припадки с потерей сознания и судорогами правой руки и ноги, с подергиваниями правой половины лица мучили его в течение четырех лет. Были, конечно, и другие симптомы, подробно записанные в истории болезни. Его удалось вылечить, и в течение девяти лет он был совсем здоровым. От прежней боли не осталось и следа.

Не осталось следа? Так ли?

Через девять лет он случайно встретился с врачом, вылечившим его. И тот, переведя его в гипнотическое состояние, внушил ему: «Сегодня день вашего первого обращения ко мне. Проснитесь!»

И совершенно здоровый в течение девяти лет человек проснулся таким... каким был до лечения. Его состояние полностью соответствовало тому, что много лет назад было записано в истории болезни. Повторное усыпление и внушение: «Сегодня такой-то день такого-то года (соответственно действительности). Проснитесь!» – опять сделали его здоро-

ВЫМ.

Это не единственный случай гипнорепродукции, который описывает мой отец Константин Иванович Платонов в своей книге «Слово как физиологический и лечебный фактор».

Вот еще один эпизод из практики отца. К нему привезли пациентку, изможденную девушку, страдавшую с раннего возраста неукротимой рвотой. Усыпив, отец перевел ее в состоянии гипноза в детство и выявил, что ребенком она нечаянно выпила молоко из кошачьей посуды, что вызвало тогда тошноту и рвоту. Потом этот факт был ею забыт, но болезнь осталась. Ей было внушено: «Этого не было. Молоко было в вашей собственной привычной чашке. Забудьте это!!» Девушка проснулась здоровой.

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.