

## التنويم المغناطيسي

التنويم المغناطيسي أو المغناطيسية الحيوانية أو الهيبنوتيزم Hypnotism  
 قدرة كاملة في الانسان يمكنه بها ان ينوم غيره يوماً خاصاً بكيفيات مخصوصة  
 ويسمى الشخص الذي ينوم «منوماً» والذي ينوم «منوماً» أو «وسيطاً»  
 وتنتقل هذه القوة الى الوسيط أثناء عملية التنويم المغناطيسي بنموذ سيال  
 مغناطيسي من المنوم ولاسيما اطرافه العليا كاسابع اليد. وتنتقل أيضاً بتحديد  
 المنوم في عيني الوسيط لينفذ اليهما السيل المذكور

### درجات التنويم المغناطيسي

لتنويم المغناطيسي ثلاث درجات تسمى الاولى «الكتالسي» والثانية  
 «البيتارجي» والثالثة «السومناسوليزم»

### الكتالسي

في هذه الحالة يكون الوسيط فاقداً لجميع احساسه حافقاً شعوره صلب الجسم  
 لا يتحرك بإرادته بل تبتغي اعضاؤه متصلةً فاذا رفع التنويم ذراع الوسيط  
 فانه يبقى على هذه الحالة نصف ساعة او اكثر واذا امره بان يتصب فانه يتصب  
 ويصير جسده كأنه قطعة من الخشب واذا وضع رأسه على حافة كرسي وقدميه  
 على حافة كرسي آخر وقال له «ان جسمك الآن قد تصاب ويستحيل ان يتنوم  
 وانت قادر على ان تحمل عليه الانتقال بدون ادنى مشقة» فانه يحمل ما يوضع  
 عليه من الانتقال بدون ان ترتخي اعضاؤه او ينحني جسده. ومع ذلك فلا يحق  
 ما في هذه العملية من الخطر والضرر على الوسيط

### البيتارجي

في هذه الحالة أيضاً يكون الوسيط فاقداً احساسه لكنه يسمع ويرى ما حوله  
 بمنزل عن حواسه ولا يتقدر ان يعمل اي حركة الا بأمره تنوم. وتختلف هذه  
 الحالة عن التي قبلها فاذا رفع التنويم يد الوسيط مثلاً ثم تركها فانه لا تبتغي على حالها  
 مرفوعة كما في الحالة الاولى بل تستبط بحاله كأنه ميت وكذلك الحال بباقي اعضاءه  
 وقد يؤثر التنويم في الوسيط في هذه الحالة فيجعله خاضعاً لاوامره بمجرد مجتهداً في  
 تنفيذها أثناء النوم وبعد اليقظة معتاداً بصحة ما يقوله انه

## اسومناميونيزم

في هذه الحالة تنفصل ذات النفس عن الجسم لكنها تبقى مرتبطة به ارتباطاً خفيفاً يمكنها من التكلام والشي الخ تعمل أعمالاً تفوق أعمالها وهي مرتبطة بالجسم. وقد يأتي الوسيط أثناء هذه الحالة بأحمال ينساها كلها بعد ان يسقيظ ولا يتذكر منها شيئاً قط.

## اشهر طرق التنويم المغناطيسي

قبل ان نتكلم على كيفية التنويم المغناطيسي واشهر طرقه نذكر اولاً الشروط اللازمة له. فاول ما يجب على المتنوم ان يكون حسن الاخلاق قوي الارادة ثابت العزيمة هادئ انبال ستظراً نتيجة عمله بفروخ صبر معتدلاً بصحة التنويم صارفاً تكرر الى النوم ويستحسن ان يكون عسي المراجع ويجب ان يكون مكان التنويم صحياً بعيداً عن التلوثات لا يشغل الوسيط ويستحسن ان يكون مطلقاً. والتنويم المغناطيسي عدة طرق لا نسطها هنا جميعها لصيق المقام بل نكتفي بذكر الاله منها فنقول

## طريقة الدكتور شارل ريشه الفرنسي

يجلس المتنوم على كرسي ويجلس الوسيط امامه على كرسي آخر وعلى وجه المتنوم سياه السطة والنفوذ ثم يقبض على كل من ابهامي الوسيط ويضغط عليهم بقوة ويحرك على هذا الحالة ٣ او ٤ دقائق فلا بدت الوسيط ان ترتخي اعضاؤه فعند ذلك يمر المتنوم يديه على رأس الوسيط ووجهه وعينييه امراراً خفيفاً ثم ينزل يدها الى صدره ويكرر ذلك عدة مرات حتى ينام الوسيط  
طريقة الدكتور بس تابلن

هذه الطريقة قل ان يفضل فيها المتنوم لانها طريقة تدريجية فاذا اريد التنويم فعلي المتنوم ان يعمل ما يأتي

- (١) يشرح للوسيط في اول يوم كيفية التنويم ويبين له طريقة حتى يصير على علم بما سيعمله المتنوم عند التنويم
- (٢) يمرنة في ثاني يوم على الرقاد والنوم البسيط
- (٣) يضع المتنوم يده على جسم الوسيط حتى يشعر بحرارة وتقلن في اليدين وارخاء في العضلات وخرود في الجسم الى ان يطبق عينيه ثم ينام

طريقة الدكتور محمد بك رشدي جيكياشي محافظة مصر  
 هذه الطريقة من احسن الطرق واسهلها وقد استنبطها صاحبها من الطرق  
 القديمة والحديثة وادخل عليها بعض التعديل فتتمكن بها من تنويم كثيرين وهي :  
 يجلس الوسيط على كرسي مكسوٍ بالقطيفة او على كرسي آخره مسند عرض  
 غير متعب ثم يجلس المنوم امامه بحيث تلتصق ركبته وقدماه بركبتي وقدمي  
 الوسيط وكذلك يلمس بطن ابهاميه بيضن ابهامي الوسيط ويظل ذراعاً عينيده من  
 غير ان يحركهما ويحدق بهما في الوسيط ويمكث على هذه الحالة حتى تتساوى  
 حرارة ابهامي المنوم وابهامي الوسيط وبعد ذلك يفصل المنوم يديه عن يدي  
 الوسيط ويديرها حول جسمه من امامه ثم يضعهما على كتفيه ويقبهما كذلك  
 نحو دقيقة ثم يحرهما بدراعي الوسيط ببطء حتى يصل بهما الى اطراف اصابعه  
 ويكرر ذلك ٥ او ٦ مرات ثم يشبك المنوم يديه (اي يدخل اصابعه بعضها في  
 بعض) ويضعهما على رأس الوسيط ويمكث قليلاً ثم ينزل بهما ماراً على وجه  
 الوسيط (بحيث تكون اليدين بعيدتين عن الوجه بنحو سنتيمتر او بوتر على ازال  
 اليدين حتى يصل بهما الى جاني البطن ثم لي القدمين ويكرر ذلك عدة مرات  
 ويراعي في امرار اليدين على جسم الوسيط ان يهر اصابعه حرماً متراًلياً في كل مرة  
 كأنها ترتمش ثم يمر يديه بعد ذلك على صدر الوسيط الى اتجاه الصدين احراراً  
 اقبياً نازلاً الى جاني الصدر ويحمل يديه في اتجاه الصدين قريبتين الواحدة من  
 الاخرى ثم ينزل بهما بحيث يتسعدان كما نزلت ثم يرجعهما ثانية بحيث تسترايان  
 الواحدة من الاخرى كلما ازدادا في العلو ويكرر هذه الحركة كذلك عدة مرات  
 فتري عينا الوسيط آخذتين في الثقل شيئاً فشيئاً حتى تنطبقا فينام وترنجي  
 اعضاؤه وينشئ رأسه. وهنا يجب ان يسند المنوم رأس الوسيط وينضعه بنطف  
 على مسند الكرسي ويتركه مدة ٥ دقائق وبعد ذلك يأل المنوم الوسيط  
 الاسئلة الآتية بكل هدوء : — هل انت نائم وجم تشعر

## طريقة ايقاظ الوسيط

طريقة الايقاظ اسهل بكثير من طريقة التنويم وذلك بان يندفع المنوم في وجه  
 الوسيط قائلاً استيقظ... استيقظ... اريد ان تستيقظ فاستيقظ. ويكرر ذلك  
 القول بحسب الحاجة ثم يعفق المنوم لكي يفه الوسيط وبعد ذلك يزوح له بمروحة

## علامات التنويم مغناطيسياً

يعرف الوسيط هل هو نائم نوماً مغناطيسياً أو لا بالعلامات الآتية

- (١) إذا وجر ذبابة أو قرص قرصاً مؤلماً لا يتألم
- (٢) إذا نشأ الزواجر الشديدة كالشادر لا يظهر عليه ادنى تأثير
- (٣) يكون قادراً قوة التمييز فاذا اعطاه المنوم قطعة من الملح مثلاً وقال له إنها قطعة سكر أخذ يأكلها لشبه رائحة كالتما هي قطعة سكر حقيقة
- (٤) تكون عيناه مغمضتين فلا تفتحان إلا بصعوبة واذ فتحتا رأيت المقلنة جالسة الى فوق او نازلة الى اسفل

(٥) اذا مست مقلنة بالاصبع تثبت مكانها لا تتحرك

## سلطة النوم على الوسيط

قلنا فيما سبق ان النوم يتخذ منه سيال مغناطيسي الى الوسيط أثناء التنويم المغناطيسي . فهذا السيل المغناطيسي قد يؤثر في الوسيط ويجعله خاضعاً لاوامر المنوم معتقداً بكل ما يقوله له ويتقنه ايده

فاذا كان الوسيط في نوم عميق واعطاه المنوم ورقة او خرقة وقال له انظر الى هذه الوردة وشمها فاطيب رائحتها وما احسن منظرها فانها يشمها مظهر علامات السرور والفرح كأنها وردة حقيقية ذات رائحة طيبة ومنظر حسن . وكذلك لو جعله خيطياً فانه يحطب بانفصاح لسان وادق عبارة . واذا جعله مضياً فانه يضي بصوت حسن لا يمكنه ان يعنى به وهو في يقظته

وبالحيلة فان المنوم على الوسيط سلطة عظيمة يمكنه بها ان يجعله خاضعاً لاوامره معتقداً بلحمة اقواله متحيزاً كل ما يريد

ومن حيث ان النفس تكوّن منفصلة عن الجسم أثناء النوم المغناطيسي وليست مرتبطة به الا ارتباطاً خفيفاً فانها تأتي بأعمال غريبة لا تقدر على الاتيان بشها وهي مرتبطة بذلك الجسم الذي ليس الا حجاباً يمتصها عن اظهار قواها الاصلية

## منافع التنويم المغناطيسي

للتنويم المغناطيسي منافع عظيمة فقد يستغنى به احياً عن النسيج في العمليات الجراحية فاذا قال المنوم للوسيط مثلاً : انك قد حرت الآن فانك الاحساس فلا تتألم من اي شيء وقد فقدت الشعور من العضو التالي (العضو الذي ستعمل فيه

العناية الجراحية) فلا تحس به. فإن الوسيط لا يشعر أقل شعوراً بالعملية الجراحية وقد ينفع التنويم المغناطيسي أيضاً في شفاء الأمراض لاسيما الوهمية منها فإذا فرم انسان مريض مرضاً وهمياً وقيل له: «أنت قد شفيت الآن من مرضك شفاء تاماً ومتى استيقظت لا تحس بأدنى ألم» أو أعطي شيئاً ما وقيل له: «إن هذا هو أحسن دواء يشفيك من مرضك وإذا تعاضته يذهب عنك ذلك المرض ولا يعود اليك ابداً..... الخ» فإن المريض قد يشفى من مرضه.

ومن منافع التنويم المغناطيسي أيضاً أنه يؤثر في الاخلاق والعادات فيسكن به الموم من قلع الاخلاق وأعادته الرديئة من وسيطه وريح الاخلاق والعادات الحسنة فيه. فإذا نوم انسان من عاداته الكذب مثلاً وبين له النوم اثناء النوم المغناطيسي مضار الكذب واخذ يقبحه له ومحته على الصدق ويبين له محاسنه وبأمره يتجنب الكذب والتعلق بالصدق فتدثر ذلك فيه تأثيراً محسوساً وكذلك اذا نوم انسان من عاداته التدخين او الادمان على شرب الخمر وفعل به كما ذكر فإنه يقنع عن ذلك ويمسح على احسن حال

محمد محمد حبيب

مدرسة المعلمين الاولى بامبابة

## الالعاب الرياضية

سابق

لا يكاد يمر بنا شهر الا ويذكر فيه سابق طلبة المدارس الاميرية في لعب الكرة. فقد اخذت الرياضة البدنية تنمو في القعر بفضل اهل العناية فبتنا نأمل انه لا يمر بنا زمن طويل حتى يرسخ في اذهان الشراء الحديث فيدرك عظم شأنه كما ادركته اوروباً قبلنا فقامت حكوماتها تفرز هذه الالعاب وتنقل شركاتها البرقية اخبارها من جهة الى اخرى. وتشر الصحف المصورة رسوم المتسابقين والمتفرجين تشويقاً للناس على ذلك لان العقل البليم في الجسم السليم

وقمت في احدى المجلات انترنوسية الكبرى على فصل في هذه الالعاب اخصها سابق التفرق فاحبت ان اجمله لقراء ليعلموا منه على شدة عناية انفربيين بها قال الكاتب البلاد الانكليزية اقدم البلاد عناية بالالعاب الرياضية في العصر الحاضر فقد بلغت درجة من الاهتمام بها لا يتصورها الشرب عنها ثم تليها البلاد الاميركية.