

Чибриузибун
Чирнелуи Бундун-
пулел

1909

134
—
2-20

14 JUL 2009

ԱՐՈՒԵՍ ՄՏԱՅԱՌՈՒԹԵԱՆ

ՄԱԳՆԵԹԱԲՈՒԺԵԱՆ, ՀԻՓՆՕԹԻԶՄԻ
ԵՒ ՆՄԱՆՆԵՐՈՒ.

Հայ Ուսանողներու համար

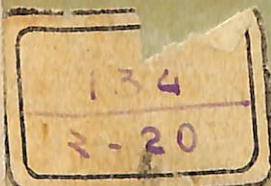
ՊԱՏՐԱՍՏԵՑ

ԲՐՅՑ. ՅՈՎՆԱՆ Ա. ՀԱՄԲԱՐԶՈՒՄԵԱՆ



Լ Ի Ն

1909



34

-20

ԱՐՈՒԵՍՏ ՄՏԱՅԱՌՈՒԹԵԱՆ

ՄԱԿՆԻՍՄԱԲՈՒԺՈՒԹԵԱՆ, ՀԻՓՆՈԹԻՉՄԻ
ԵՒ ՆՄԱՆՆԵՐՈՒ

Հայ Ուսանողներու համար

ՊԱՏՐԱՍՏԵՑ

ԲՐՈՑ. ՅՈՎՆԱՆ Ա. ՀԱՄԲՈՐՉՈՒՄԵԱՆ

Copyright 1909

- by -

Prof. H. A. Hamporian



Լ Ի Ն

1909



3916-70



ԲՐՕՖ . ՅՈՎՆԱՆ Ա . ՀԱՄԲԱՐՁՈՒՄԵԱՆ

ՀԻՄՆԱՆԳՆԵՐՈՒ ՑԱՆԿԸ

	ԵՐԵՍ
Առաջաբան	Ը
ՄԱՍՆ Ա.	
Պատրաստութիւն	1
Զորս պարզ փորձեր	3
Մարմնոյն մկանները թուլացնել	5
Արթուն մարդն առնել ազդեցութեան տակ	10
Ենթակայի մտքին ազդելով պառկեցնել	15
Քարշողական դորութիւն	18
» » (չարունակութիւն)	20
Ճուռը ժրացնել	22
Թււը ժրացնել	24
Մարդուն անունը մոռցնել տալ	26
Ենթական նստած տեղէն չկրնար ելլել	27
» չկրնար նստիլ	29
Ենթակային թււը չարժեք տալ	31
Անձնական մագնիսութիւն	32
ՄԱՍՆ Բ.	
Քննչածութեան առաջին քայլը	35
Արթնցնելու կերպը	39
Զանազան դեր կատարել տալ	41
Աչքն յառել տալ մեր ուղած կէտին	46
Ջրի գործածութեամբ քննածել ենթական	46
Քննչած ըլլալն ստուգելու փորձեր	48
Առանց գնդակի քննչածութեան կերպ մը	50
» » » Երկրորդ »	52
» » » Երրորդ »	55

Ենթական միամիրացներու կերպը	57
Քննածուծեան զանազան կերպեր	58
Ենթակային մկանունքը փառացնել	61
Փառացած ենթական բնական վիճակին դարձնել	64
Թեէն ասեղ մխել առանց զգացնելու	65
Զարգացնել անձնական մագնիսութիւնը	67

ՄԱՍՆ Գ.

Զօրացնել անձնիշխանութիւնը	70
Արիւնը մաքրել լաւ շնչառութեամբ	72
Հանդիսաւոր ցոյցերու կերպեր	74
«Հիլինկ-Փօն»-ի գործածութիւնը	77
«Մագնիթիկ Հիլինկ»-Մագնիսական բուժում	80
Գլխի ցաւ դարմանել	82
Երեսի ցաւ դարմանել	84
Ակռայի ցաւ դարմանել	85
Յօդացաւ դարմանել	86
Ականջի ցաւ դարմանել	87
Կռնակի ցաւ դարմանել	88
Ստամոքսի հիւանդութիւն դարմանել	89
Բացակայ ախտաւորի վրայ Թրիթմընթ ընել	89
Ինքզինք քնացելու դարման	91
Ինքզինք դարմանել քնաբեր գունդով	93
Գէշ ունակութիւններ դարմանել	95
Ներքին տեսութիւն և զարգացում	97

ՄԱՍՆ Դ.

Քնաբեր գունդ և ուշագրաւ գնդակ	99
Քանքաս, մայասուլի դարմանը	100

ԱՌԱՋԱԲԱՆ

Վերջի չորս-հինգ տարիներու ընթացքին հարիւրաւոր նամակներ ստացած եմ հայ հայրենակիցներէ, որոնք փափաք կը յայտնէին տեսնել հայերէն լեզուով հիփնօթիզմի (քննածութիւն) մասին գրուած գրքի մը հրատարակութիւնը, որը ասկէ առաջ գոյութիւն չունէր բնաւ: Ինձ դիմողներու փափաքին և պահանջին բաւարարութիւն տալու համար, երկու տարուայ աշխատութենէ ետք՝ հաղիւ կրցի պատրաստել այս գիրքը:

Հիփնօթիզմը և մագնիսաբուժութիւնը հազիւ դար մը կ'ընէ, որ գոյութիւն ունեցած են Ամերիկայի մէջ: Գիտունները կ'ընդունին որ, անոնք գոյութիւն ունեցած են հազարաւոր տարիներ առաջ: Քրիստոս հիփնօթիզմի և մագնիսաբուժութեան միջոցով կատարեց շատ մը բժշկութիւններ, որոնք հաւատքի ուժին վերագրեց ան, ինչպէս իր աշակերտներուն ըսաւ որ, եթէ հաւատք ունենաք, ինչ որ ես կրնամ ընել՝ դուք ալ կրնաք նոյնը ընել: Բայց ես կրնամ հաստատել որ՝ Քրիստոս հիփնօթիզմէ և մագնիսաբուժութենէ հասկցող մեծ վարպետ մըն էր:

Ինչպէս կը տեսնէք, շատեր այլևայլ քաղաքներու մէջ հաստատուած՝ հիփնօթիզմի և մագնիսաբուժութեան միջոցով բժշկութիւններ կը կատարեն, թէև կան շատեր ալ, որ տարբեր անւան տակ, բայց միևնոյն սկզբունքով կը կատարեն

բժշկութիւններ: Ինձ այնպէս կը թուի որ հետեզ-
հետէ պիտի չափաւորւի դեղի և դանակի գոր-
ծածութիւնը:

Իմ թելադրութիւնս, և միևնոյն ատեն փա-
փաքս է ընթերցողներուն որ, երբ այս գրքոյկը
կունենան, միայն կարդալու և մէկ կողմ պէտք
չէ որ դնեն, այլ փորձեր ընելու են գրքոյկիս
մէջ տւած հրահանգներու համաձայն, ու այն
ատեն պիտի տեսնեն ըսածներուս ճշտութիւնը:

Ես հնարած եմ նաև ուշադրութիւն գրաւող և
քնարեր գունդը, որ շատ ազդեցիկ և գրաւիչ է
այս արուեստին մէջ: Այս գունդը հնարելիս ա-
ռաջ, ենթակայի մը՝ աչքերուս, ժամացոյցիս,
գրչիս ծայրին, մատանիիս և ուրիշ առարկաներու
նայիլ կուտայի. տեսայ որ ենթական փորձարկու-
թեան ատեն՝ շատ անգամ իր աչքերը մէկ կողմ
կը դարձնէ: Եւ որպէսզի այս անտեղութիւնը չի
պատահի, ուշադրութիւն գրաւող և քնարեր
գունդը ձեռքդ բռնած՝ ենթակային աչքերը յա-
ռել կուտաս գունդին, որուն ազդեցութեան տակ
կ'իյնայ ան անմիջապէս:

Հետեւաբար, ¹¹հիփնօթիզմի և մագնիսաբու-
ժութեան արուեստին մէջ անհրաժեշտ է ունենալ
այս գործիք-գունդը: Ուշադրութեամբ փորձե-
ցէ՛ք զայն, և դուք պիտի տեսնէ՛ք անոր օգտա-
կարութիւնը:

Բրօք. ՅՈՎՆԱՆ Ա. ՀԱՄԲԱՐՁՈՒՄԵԱՆ

ԱՐՈՒԵԱՏ ԱՏԱՅԱՌՈՒԹԵԱՆ

ՄԱՍՆ ԱՌԱՋԻՆ

ԵՐԹՈՒՆ ՄՏԵՅԵՆՈՒԹԻՒՒՆ

Ա. ԴԱՍ

ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹԻՒՆ

ՄՏԱԴՐՈՒԹԵԱՄԲ ԿԱՐԴԱԼՈՒ ԷՔ ՀՐԱՀԱՆԳ-
ՆԵՐՆ և խորհուրդները, և վստահաբար դորձա-
դրելու է՛ք՝ ինչ որ կը յանձնարարենք: Ամեն ը-
նելիքներնուդ վրայ անթերի վստահութիւն ու-
նենալու է՛ք, որպէսզի կարող ըլլաք ձեր թելա-
դրութիւններն ընդունելի ընել և ներշնչումներն
ազդեցիկ: Տարակուսական և թուլուշիկ խօսքերով
երբէք չէ՛ք կրնար ազդել ենթակայի մտացն և
կամքին: Բայց եթէ մեր այս հրահանգները մտա-
դիր ուսանիք և խնամով դորձադրէ՛ք՝ փորձառա-
բար պիտի յառաջանաք վարպետ ըլլալու:

Արդ խնամ ունեցէ՛ք կատարելապէս հասկնալու
մեր հրահանգներն, և քաջ մբռնեցէ՛ք ի միտս,
որ ընելիքնիդ կատարէ՛ք առանց վարանումի և ա-
ռանց շփոթելու: Բայց եթէ դործողութեանդ պա-
հուն միտքդ տաս ընելիքներդ մտածելու, այս

դանդաղամտութիւնդ՝ աննպաստ ազդեցութիւն պիտի ընէ ենթակային վրայ, և դուն պիտի չյաջողիս վարպետօրէն գործելու:

Հապա ձեր ընելիքներն նախապէս լաւ ուսանելու էք, պէտք եղած ամեն բան լաւ գիտնալու էք, մտադրաւման վարպետն ըլլալ ջանալու էք: Ձեր միտքն ու խորհուրդն, ուստի, տուէք այս հրահանգները կատարելապէս ուսանելու: Որպէսզի քու հմուտ և վստահ գործունէութեամբդ և վստահ շարժումներովդ՝ վստահութիւն ներշնչես ոչ միայն ենթակային, այլ և ներկայ եղողներուն: Չըլլայ թէ ասոնք զքեզ համբալ համարին կամ սկսնակ մէկը, այլ ըլլալու և ցուցնելու ես թէ Մտայառութեան արուեստին վարպետ մի ես:

Եթէ երբէք ի սկզբան անդ չյաջողիք միտք գրաւելու, մի՛ վհատիք, յարատեւեցէք ըստ օրինի գործելու: Խնամն ունեցէք որ ամեն փորձ և ամեն գործ կատարելապէս ընէք: Մանաւանդ ենթակայ ըլլալիք անձի ձիրքերը քաջ նկատեցէք, 20, 30 և աւելի մարդիկ քննեցէք, որպէսզի լաւն ընտրելու փորձառու ըլլաք: Բայց զգուշացէք որ ձեր փորձարկութիւնը չխմացնէք այլոց, մանաւանդ ենթակային: Եւ երբ յաջողիք լաւագոյն ենթակայն գտնել՝ պիտի կարենաք անոր միտքն այնպէս մը գրաւել՝ ազդեցութեան տակն առնել, որ կարենաք կատարելապէս հիպնոսացնել: Այսպիսի քանի մը յաջողութեամբ պիտի քաջալերուիք և վստահաբար պիտի ներշնչել կարենաք: Այսպէս արուեստիս վարպետ պիտի ըլլաք:

Բ. ԴԱՍ

ՉՈՐՍ ՊԱՐԶ ՓՈՐՁԵՐ

ԿԱՐԵՒՈՐ ԳԻՏԵԼԻՔ:—Ջանացէք որ ամէն մէկ դասն անթերի գիտնաք, ուստի յաջորդ դասին անցնելէն առաջ՝ պէտք է նախորդին տիրանալ: Եթէ ոչ այս հրահանգներէն չպիտի կարենաք օգտուիլ:

ՊԱՏՈՒԷՐՔ:—Եթէ լաւ մ'ուսանիք այս չորս հրահանգները, ձեր վրայ պիտի սկսիք վստահիլ, և յաջողութեամբ ընել ինչ որ պարտիք ընել վարպետ ըլլալու և յաջողելու: Մեր հրահանգներն որքան դիւրին կամ դժուարին ալ երեւին ձեզ, կը պատուիրենք որ ընէք դանոնք ամենայն ճշդութեամբ: Ապա պիտի գնահատէք այս հրահանգներուն օգուտներն և արդիւնքներն:

ՍՈՎՐԻՒ ԵՒ ԸՆԵԼ:—Չընէք փորձը չորրորդ դասին՝ մինչեւ որ կարենաք արդեամբ կատարել (ազդել) երկրորդ և երրորդ դասերուն համեմատ: Հարկ չկայ որ բոլոր հրահանգները մէկէն սովորիւ, կրնաս նախընթացին վարժուելէդ յետոյ անցնիլ յաջորդին: Առաջին հրահանգը լաւ մը ուսիր, ապա փորձէ յարմար անձի մի կամ երկուքի վրայ, յետոյ պիտի կարենաս ազդել ո՛րեւէ անձի վրայ: Եթէ այսպէս ընելով չես յաջողիր, տարբեր ձիրքի տէր մարդոց վրայ ազդել փորձէ, մինչեւ որ փորձառաբար հասկնաս արհեստիդ գաղտնիքը (յաջողութեան պայմանները): Ապա չպիտի անյաջող ելլես ո՛րեւէ փորձի մէջ, և դիւրաւ պիտի կարենաս արհեստդ գործադրել:



Պատ. 1

Ձեռքի թուղթի իր ՄԱՏԻՆ ՎՐԱՅ

Գ. ԴԱՍ

ՄԱՐՄԵՆՈՅՆ ՄԿԱՆՆԵՐԸ ԹՈՒԼԱՑՆԵԼ

Այս փորձով պիտի կարենաք զիտնալ թէ, որո՞նք կրնան իրենց մարմնոյն մկանունքները թուլցընել և փորձի (ազդեցութեան) ենթարկուելու յարմարիլ: Կրնաք այս փորձն ընել զանազան մարդոց վրայ, իսկ լաւ եւս է քանի մը անձինքն ի միասին փորձի ենթարկել, որով պիտի տեսնէք թէ ոմանք չեն կրնար իրենց մկանունքները (մարմինը) թուլցնել, գոնէ դժուարաւ կրնան թուլնալ:

Երբ բժիշկ մի ուզէ քննել կոկորդի, գործիքով մի լեզուդ վար կը սեղմէ (կը կոխէ), զայս կ'ընէ ինք՝ որովհետեւ դուն չես կրնար լեզուդ սեղմել: Եւ ոմանք երբ նստին հանգստանալու՝ չեն հանգչիր (և կազդուրուիր), որովհետեւ իրենց մարմնոյն մկանունքը թուլ (բնական դրից մէջ) չեն ձգեր, այլ պրկուած (ձիգ) կը պահեն: Այսպէս մինչ իրենց մկանները ձգտած (պըրկուն) կը պահեն, մկանունք չեն հանգստանար, այլ յոգնած կը մնան և աւելի կը յոգնին: Բայց երբ նստած կամ երկնցած թոյլ ձգեն մկանունքին կը հանգստանան և կը կազդուրուին քանի մը ընդէի մէջ իսկ: Արդ մարդ ո՞րքան մկանունքը քիչ թոյլ տայ, ա՛յնքան ուշ կրնայ հանգչիլ և հանգստանալ (զօրանալ): Այսպէս ալ Հիփոսոթիգմի փորձի համար մկանունքը թոյլ տալու՝ ամբողջ մկանունքը (մարմինը) թուլուչիկ ձգելու ոմանք չուտ կը սովորին, ոմանք դժուարաւ և ուշ (օրերու և չաբաթի մը տեւողութեամբ):

Պէտք է այս միկանունքները թոյլ (ազատ) ձեռքելու հրահանգն դուք անձամբ ընէք, որպէսզի ուրիշին սովորեցնէք իր միկանները թուլցնել: Անոնք ձեր օրինակէն կամ ըրածները տեսնելով պիտի հասկնան թէ ինչպէս կրնան մարմինն թուլցնել: Ոմանք կ'ըլլան բարկացոտ կամ յոգնած կը զգան միշտ՝ իրենց միկանունքները խիստ (պըրկուած) պահելով: Այսպիսիք ազդեցութեան ենթարկուելու յարմար չեն, և երբէ՛ք չեն կըրնար ուրիշ իրենց ազդեցութեան տակն առնել: Ան որ իր անձը (մարմինը) չկրնար իր ազդեցութեան տակ առնել, ուրիշին ինչպէս կրնայ իշխել: Հապա նախապէս ջանա (վարժուէ) մարմինըդ առնել ազդեցութեանդ տակ, ապա պիտի կարենաս այլոց մարմնոյն (անձին) եւս իշխել:

Արդ այս նիւթին վրայ խօսեցէք ձեր բարեկամաց և համոզեցէք որ յօժարին փորձի ենթարկուիլ: Նստեցուցէք զանոնք և փորձեցէք թէ որո՛նք կրնան իրենց միկանունքը թոյլ ձգել: Ասոնց մէկուն կամ ոմանց ըսէ որ իրենց ձախ ձեռքերը բացած դնեն աջ ձեռքի ցուցամատին վրայ, որպէս կ'երեւի վերի պատկեր 1-ին մէջ: Ըսէ որ իրենց թեւերը թուլուչիկ թողուն որպէս և ձեռքերն ու մատները. որպէս պատկեր 2-ին մէջ մարդուն թեւերն ու ձեռքերն իր գիրկն են ինձի:

Ըսէ որ այնպէս թոյլ մնան, որ ուրիշ մի ուղածին պէս կարենայ շարժել անոնց թեւերը: Հարցուր թէ իրենք այնպէս թուլ ձգած են, եթէ «Այո», ըսեն, ըսէ թէ պատրաստ եղէք, (մէկ, երկու) երեք ըսածիս պէս՝ մատերնիդ վերցնելու էք ձախ ձեռքերնուդ (թեւերնուդ) տակէն: Արդ



Պատ. 2

ԹՈՒԼՑՆԵԼ ԲՈԼՈՐ ՄԿԱՆՈՒՆՔԸ

ըսէ, «պատրա՛ստ — մէկ, երկու, երեք»։ Եթէ իրօք թուլ ձգած են թեւերնին՝ մատերնին ձեռաց տակէն քաշածնուն պէս ձախ թեւերնին իրենց առջեւ կ'իյնայ, վերի պատկեր 2-ին մէջ երեւցածին պէս։ Որպէս եթէ զիրք մի դընես մատիդ վրայ և մատդ արագ մի քաշես, զիրքն ի գետին կ'իյնայ։ Այսպէս ալ եթէ ենթարկեալք իրենց ձախ ձեռքը դրեր են աջ մատին վրայ, երբ անոր տակէն քաշէն, հարկաւ ձեռքերնին պիտի իյնայ, պատկերին մէջ ցուցուածին պէս։

Եթէ ձեռքերնին չեն իյնար վար, այս է նշան թէ իրենց ձեռքերը թոյլ ձգած չեն իրենց մատին վրայ, ուստի ձեռքերնին վեր կը մնայ, որպէս կ'երեւի հետեւեալ պատկեր 3-ին մէջ։ Այսպէս ձեռքերնին վեր մնալը գուցէ խօսքդ չհասկընալնէն առաջ եկեր է, ուստի ճշտիւ հասկցնելու ես, որ ուղածիդ պէս ընեն։ Կրկին և կրկին փորձեցէք մինչեւ որ գոնէ ոմանք ձեռքերնին թոյլ ձգելու վարժուին։ Բայց զգուշացուր որ դիտմամբ չձգեն ձեռքերնին, այլ մատի վրայ դրուած գիրքի պէս՝ ձեռքն իր ծանրութեամբն իյնայ։

Ոմանք կը կարծեն թէ չեն կրնար (կարող չեն) իրենց թեւերը թոյլ ձգել կամ իրենց մարմինը թուլուշիկ թողուլ, բայց վարժուած չըլլալնուն համար է այս, ո՛չ թէ անկարութեամբ։ Ուստի թող ջանան վարժուիլ և կարող պիտի ըլլան ուղածնուն պէս ընել։ Եւ այս պիտի նպաստէ իրենց առողջութեանը — հանգստանալով կազդուրուելուն, որպէս կը տեսնաք թէ մկանունքները ձգողութեամբ և բարկացած մարդիկ՝ սրտնեղութիւն և անհանգստութիւն կը զգան շատ երկար ժամանակ, որովհետեւ իրենց մարմինը (մկանունքը) բնական դրից մէջ (թոյլ) չեն ձգեր։



Պատ. 3

Ձեռքերնին վեր ՄՆԱԼԸ

Երբ այսպիսի նախնական փորձեր կ'ընէք, ենթակային մի' ըսէք թէ զիրենք քնացնել (հիփնոթիզմ ընել) կ'ուզէք: Եւ երբ մէկը քնացնել ուզէք, զգուշացէք որ ձեզ համբակ չկարծէ, այլ վստահի թէ Հիփնոթիզմի վարպետ մ'էք:

Դ. ԴԱՍ

ԱՐԹՈՒՆ ՄԱՐԴՆ ԱՌՆԵԼ ԱԶԴԵՑՈՒԹԵԱՆ ՏԱԿ

Նախ զնդակով մի պէտք է մարդը կռնակին վրայ պառկեցունել: Ասոր նախապատրաստութիւնն է. նախորդ հրահանգներն լաւ ընելու վարժութիւն. առանց անթերի վարժութեան այս փորձն մի ընէք: Եթէ ոչ անյաջող (և փնասակար) կ'ելլես, որուն մենք մեղադրելի չենք ըլլար: Բայց եթէ մեր հրահանգները ճշտիւ կատարել սովորես՝ մէկ փորձէն ի միւսն (մէկ դասէն յաջորդին) անցնիլդ պիտի ըլլայ դիւրին և յաջող, ա'յնքան, որքան մեր յիշած ամէն մէկ պարագայի խնամոտ ըլլաս: Արդ ա'ռ մէկը, որուն ձեռքը կ'իյնայ՝ ինչպէս ըսինք Գ. դասին մէջ — մէկը՝ որ իր մարմնոյն մկանները կրնայ լաւ և դիւրաւ թոյլ ձգել: Ուստի անոնք որ այսպիսիք չեն, յարմար ենթակայ չեն ըլլար այս փորձին՝ մանաւանդ համբակներու (սկսնակներու) ազդեցութեամբ:

Գործողութիւն: Ենթակայիդ ոտքերը քով քովի բեր և գլուխն դէպի ետին ձգէ, ձեռքերն ալ քրկու կողմը կախել տուր. ըսէ որ բոլոր մը-



Պատ. 4

ԳՈՒՆԴԻՆ ԳՈՐԾԱԾՈՒԹԻՒՆԸ

կանուկները (մարմինը) թոյլ ձգէ և աչքերը փակէ (ինքնին)։ Դուռն ետեւի կողմն անցնելով ձեռքերդ դիր անոր ուսերուն (փէճերուն) վրայ, ու գինք յուշիկ (եալաշուկ) մի ետեւի վրայ հակէ (ծըռէ)։ Եթէ դիւրաւ դէպի ետեւ չգար և ոտքերն ու սրունքները (ճովըները) ձգգած են, գինք ետ մի՛ քաշեր. որովհետեւ ըսածիդ պէս մարմինը թոյլ չէ ձգեր կամ չէ կրցեր ձգել։ Ուստի յորդորէ որ ամենեւին ընդդիմութիւն չընէ քու ընկերքիդ, որ է գինք կռնակին վրայ չըջելու ջանալ։ Եւ եթէ յնալու պէս դէպի քեզ կը միտի (կը ծըռի), գիտցիր թէ պէտք և դածին չափ պատրաստեալ է կռնակին վրայ պառկելու, որպէս կ'երեւի յաջորդ պատկեր 4-ին մէջ։

Հիմա քնարեր դունդդ ա'ռ աջ ձեռքդ և մօտեցուր գլխուն ետեւի կողման՝ ճիտէն քիչ մի վեր (ծործակի) ուղեղին դիմաւը, ու ձախ ձեռքդ դիր մարդուն ճակարին վրայ, և գլուխը ճընչէ (հըրէ) դէպի դունդդ. այլ զգուշանալով որ ենթակայն չնեղես (գլուխը չցաւցնես)։ Այնպէս որ գլուխը կործուի գնդակիդ (դունդիդ) վրայ, զոր կէս վայրկենի չափ անշարժ (հանդարտ) բռնելու ես։ Ապա ձախ ձեռքդ յուշիկ մի տար ահանջի վրայի քօնքերուն վրայ, և գունդդ շարժելէ առաջ ընդհատ ընդհատ ըսէ ենթակային թէ, «երբ... այս... գնդակը... հեռացնեմ... քեզմէ... դուն...» (քնէածի... պէս...) պիտի... չիմանաս»։ Ապա գնդակդ հեռացուր՝ ա'յնպէս յուշիկ որ ենթական չգգայ, և ո'րքան յուշիկ (եալուշիկ) վերցնես գնդակդ մէկդի. ա'յնքան լաւ պիտի աղդես ենթակայիդ։

Արդ երբ գնդակդ կը սկսիս հեռացնել՝ մեղ-



Պատ. 5

ՔՆԱՐԵՐ ԳՆԴԵԿՆԻ ՀԵՌՍՑԵՆԼՈՒ ԿԵՐՊԸ

մով այլ դրական չեղափոխում մի քանի անգամ փոխարինելով թէ
«Հիմա... դու... կը զգաս... կռակիր... վրայ
... խնայ... կամաց... կամաց (մեղմով) ... եկուր
... ետեւի... վրայ... ետեւի... վրայ»։ Եւ երբ
գնդակը կը հեռացնես, դու ալ հեռացիր ետեւ-
ւէն, այնպէս որ ենթակայդ եթէ ներգործութեամբ
է, կռակին վրայ պիտի սլակի։ Բայց եթէ առջի-
ւանգամին չյաջողիս կռակին վրայ բերել, մի-
յուսաճատիր, կրկին և կրկին փորձէ մինչեւ որ
յաջողիս, և վերջապէս շատերու վրայ յաջողելով
կ'ըլլաս փորձառու (և ճարտար) վարպետ։

Երբ այս փորձերը կ'ընէ՞ք՝ երբէք ենթակային
մ'ըսէք թէ պիտի զինք քնացունէք կամ ուղեղին
վրայ ազդող բան մի պիտի ընէք։ Եւ եթէ նոյն
մարդը ներգործութեանդ տակ առնել չյաջողիս,
ուրիշ մարդու վրայ փորձէ։ Այսպէս եթէ քանի
մը մարդու ազդել յաջողիս, պիտի վարժուիս
քիչ նեղութեամբ շատերն ազդեցութեանդ են-
թարկել։ Եւ այսպէս երբ կարենաս ազդել անոնց,
որոց ձեռքերն իրենց գողը կ'իյնայ (իրենց թեւե-
րը թուլցնելով), յետոյ կրնաս փորձել նաեւ ա-
նոնց վրայ, որք անդամներն չէին կրնար այնպէս
թուլցնել՝ որ ձեռքերն ինչպէս թերեւս այսպիսի-
եաց ոմանց վրայ եւս յաջողի ազդել, եթէ
ոչ՝ անյարմարները գործողութեանդ ենթակայից
շարքէն հանէ։ Այսպէս շարքէն հանէ նաեւ դա-
նոնք, որք ճշգիւ չեն հնազանդիր (և չեն վստա-
հիր) քեզի։ Եւ երբ գործողութեան կը սկսիս,
պատուիրէ որ ո'չ ենթակայդ և ո'չ իսկ ներկայ
եղողներն՝ երբէք չխօսին (չխօսակցին), ամէնքն
ալ, մանաւանդ ենթակայդ, այս գործողութեան
միջոցին պարտին ամբողջովին քեզի ու շաղիւր ըլլալ։

Ե. ԴԱՍ

ՄՏԱՅ ԱԶԴԵԼՈՎ ԵՆԹԱԿԱՆ ՊԱՌԿԵՑՆԵԼ ԿՈՆԱԿԻՆ ՎՐԱՅ

Նախորդ հրահանգով ըսինք կերպը գնդակով
պառկեցնելու ղենթական. այս դասի հրահանգով
պիտի ըսենք երկրորդ կերպ մի — փոխան գնդակի
(առանց գնդակի) մտաց ազդելով կռակին վրայ
պառկեցնել ղենթական։ Նկատեցէք թէ քնաբեր
գնդակն ես նոր մեթոտով յօրինած եմ, որ շատ
ազդեցիկ է և դիւրաւ գործածելի։ Բայց պէտք է
փորձարկու ըլլաս թէ մեր շինած (ձեր առած)
գնդակը ո՞րքան ազդեցիկ է մտաց, զայս որքան
շատ փորձէք և յաջողիք, այնքան լաւ պիտի հաս-
կընաք։ Եւ զօրացնէք պիտի ձեր մտաց զօրութիւ-
նը ենթակային մտքին ազդելու։

Գործողութիւնը։ Ընտրէ մէկը որ անդամները
(մկանունքը, թեւերը) լաւ կրնայ թուլցնել, զինք
կանգնեցուր սենեակին մէջ, և ըսէ որ թուլցնէ
մարմնոյն ամէն մկանունքը, ոտքերն իրարու քով
բեր և թեւերը կախ ձգել տուր։ Ըսէ իրեն որ
խորհի (երեւակայէ) թէ կռակին վրայ կը շրջի
մեղմով։ Լաւ եւս է որ ինքնին երեւակայէ թէ
կռակին վրայ պառկելու (վրայ) է, թող խորհի
թէ «ահա կը պառկիմ կոր»։ Ապա ըսէ որ աչքերը
գոցէ և գլուխն դէպի յետկայս ծռէ։ Եւ դու ե-
տեւն անցնելով, աջ ձեռքդ բաց, և մատերուդ
ծայրերը դպցուր կռակին՝ ճիշդ մէջքին վրայ
(երկու փէճին միջեւ)։ Շեշտակի (ճշտիւ) նայէ ա-
նոր ուղեղին վրայ, որպէս թէ ուղեղը կը տես-
նես, և քեզի վստահէ (անտարակոյս եղիր) թէ

անշուշտ պիտի աղղբես ենթակայիդ մտքին այնպէս որ ինք չպիտի կարենայ դիմադրել: Մատներդ կռնակին մօտ բռնէ կէս կամ մէկ վայրկեանի (րօպէի) չափ, և մեղմով ու դրական շեշտով մի ենթակայիդ ըսէ թէ, «ե՛րբ հեռաց ընեմ ձեռքը՝ քեզ մէջ, դու չես մեղմով մեղմով կը ռնակի դ վըրայ պառկել ու ես»: Ապա ձեռքդ մեղմով հեռացուր, դուն ալ մեղմով մի հեռացիր...: Եթէ ենթակայդ ներդործըւած է, կռնակին վրայ պիտի պառկի, և դուն խրնամ տար որ չըլլայ թէ (մէկէն) իյնայ: Այս ատեն ոմանք աչքերնին չեն կրնար բանալ, թէ եւ քնացած չեն, ուստի դուն ձեռքերդ իրարու զարնելով «Ա՛ր թընցի՛ր . . . ա՛ր թընցի՛ր» ըսէ, և նա աչքերը բանալով ինքզինք կռնակին վըրայ պառկած պիտի գտնէ:

ԿԱՐԵՆԻ ՊԻՏԵՆԼԻՔ: Նկատէ թէ պէտք է որ դուն քու անձդ իշխանութեանդ տակն առնես՝ դուն քու մտացդ զօրութեամբ, որպէսզի կարենաս ուրիշներուն մտաց վրայ եւս տիրել: Ասոր վարժուելու համար ջանա՛ դանաղան մարդիկ առնել աղղեցութեանդ տակ: Ուստի զինքդ տուր գործիդ վարպետն ըլլալու, յարատեւէ հրահանգութեան մէջ, վհատիչ խօսքերու կարեւորութիւն մի՛ տար: Մեր հրահանգներն ամենայն ճշգրտութեամբ գործադրելու վարժուէ, և մէկն լաւագոյնս կատարելու չվարժուած յաջորդին մի անցնիր: Որպէս այս դասէն ալ միւսին մ'անցնիր մինչեւ որ լաւ մը վարժուիս:



Պատ. 6

ՄԱՐԴՆ ԵՐԵՍԻՆ ՎՐԱՅ ՊԱՌԿԵՑՆԵԼ



Առ մէկը որ շուտով կ'ազդուի, և համոզէ որ ազդեցութեանդ չդիմադրէ, եթէ երբեք դիմադրելիք բան մի չկայ: Եւ եթէ իյնալու պէս բան մը զգայ, թող իյնայ, իսկ եթէ իյնալու միտում չը զգար, թող չիյնայ: Ասոնք երբ ըսես, գուցէ ոմանք պիտի դիմադրեն, և ի՛նչ որ ալ ըսես՝ գուցէ չպիտի համոզուին — պիտի չուզեն ազդեցութեանդ տակ իյնալ, ուստի անոնք թողելու են: Եւ ընտրելու են այնպիսիներ, որք վստահելով անձնատուր կ'ըլլան գործողութեանդ ենթարկուելու:

Գործողութիւն: Ենթակայիդ առջեւը կայնելով ըսէ որ ոտքերն իրարու քով դնէ, և թեւերը կախ թողու: Այս միջոցին դուն շեշտակի նայէ անոր աչաց ճիշտ մէջտեղը — քրթին անկիւնը (կամարը), և ըսէ որ ինք մտածէ թէ երեսին վրայ պիտի իյնայ: Եւ դուն գնդակն աջ ձեռքդ առած բռնէ անոր աչքին առջեւը՝ հինգ մատնաչափ հեռի, և ըսէ որ նայի գունդին միջի ճերմակ ոսկորին վրայ: Ապա աջ ձեռքովդ գունդը շարժէ դէպի աջ և դէպի ձախ, ճիշտ իր երեսին դիմացը: Շարժումը թող ըլլայ մեղմով (յուշիկ, եամաշուկ), ինչպէս որ ժամացոյցի ճօճանակը յաջ ու ձախ կ'երթայ կուգայ: Այսպէս աչքին դէմ գընդակդ տար ու բեր (շարժէ) իբր տասն անգամ կամ աւելի, և ըսէ իրեն թէ, «Երբ—այս—գունդը —հեռացնեմ—քեզմէ—, դուն—երեսիդ—վրայ—պիտի—պառկիս...»: Ապա գնդակդ հեռացնել սկսէ, նախ շատ յուշիկ և ապա մեղմով: Այս շարժումը որքան վարպետօրէն ընես (ենթակա-

յիդ վիճակին յարմար), ա՛յնքան լաւ պիտի յաջողիս: Խնամ տար որ բռնես զինք, չըլլայ թէ մէկէն գետինն իյնայ: Եւ երբ երեսին վրայ կը պառկի, ձեռքերդ իրարու գարնելով ըսէ «Արթընցի՛ր—արթնցի՛ր»:

Յիշէ թէ դուն երբեք տարակուսելու չես քու ընելիքիդ (ազդեցութեանդ) յաջող ելքին վրայ, վստահ եղիր թէ ենթակայդ պիտի կարենաս այսպէս ազդեցութեանդ տակն առնել: Զայս պիտի կարենաս ընել նաև երկրորդ կերպով, որ է մտքի և աչքի դօրութեամբ երեսի վրայ բերել:

Ուրիշ գործողութիւն: Ենթակայիդ առջեւը կայնած ըսէ որ ոտքերն ի միասին դնէ և բոլոր մկանունքները թոյլ ձգէ: Ապա ըսէ որ մտածէ թէ երեսին վրայ պիտի պառկի, և ըսէ որ շեշտակի նայի քու աչքերուդ մէջ, և դուն նայէ իր աչքերուն միջեւ քրթին անկիւնը (կամարին միջին կէտը): Եւ աջ ձեռքդ շոյէ (փաս ըրէ) իր երեսին դիմացէն երեք անգամ: Ինք պէտք է աչքերուդ նայի կէս վայրկեան կամ քիչ մը աւելի, բայց եթէ աչքը դարձնելով ուրիշ տեղ նայի, մեղմով և դրական շեշտով մը ըսէ իրեն, «Աչքիս—մէջ—նայէ՛», «Աչքիս—մէջ—նայէ—երբ—հեռանամ—քեզմէ—դուն—երեսիդ—վրայ—պիտի—պառկիս»: Ապա սկսէ հեռանալ՝ նախապէս յուշիկ, ապա մեղմով, ու միտքդ կեդրոնացուր աս կէտին վրայ թէ պիտի ազդես անոր: Եւ իրօք պիտի լաւագոյնս ազդես ու յաջողիս՝ եթէ գործողութիւնդ զգուշութեամբ կատարես, որպէս ըսեր ենք և կը կրկնենք իբրեւ կարեւոր պայման բարւոք յաջողելու ո՛րեւէ գործողութեան մէջ:

ՔԱՐԾՈՂԱԿԱՆ ԶՕՐՈՒԹԻՒՆ (Դարձեալ)

Այս փորձին համար ընտրէ մէկը, որ երեսին վրայ դիւրաւ կ'իյնայ ըստ Զ. դասին: Եթեալ աշակերտը ըսէ որ կայնի եւ ձեռքերն իրարու քով բերելով մատներն անցնէ իրարու մէջ, ըսէ որ մատներն իրարու վրայ ձնէ կրցածին չափ ուժով: Եւ դուն ձախ ձեռքդ դիր անոր ձեռաց վրայ. աջ ձեռքդ առ զնդակդ ու աչքերուն դէմ բռնէ ըսելով որ նայի դունդին մէջն եղած ճերմակ ոսկորին: Մինչ ան շարունակ կը նայի, դուն գունդդ մեղմով դէպի աջ եւ դէպի ձախ շարժէ (տարու բեր) ճիշտ աչքին դիմացէն: Դուն ալ նայէ անոր աչքերուն միջեւը — քթին կամարին: Տասն եւ աւելի անգամներ գունդի շարժումդ շարունակէ, եւ յետոյ ըսէ մեղմով ու գրական շեշտով թէ՝ «Դուն — պիտի — գիտնաս — որ ձեռքերդ — իրարու — փակած — են — այնպէս — որ — դուն — չը պիտի — կարենաս — գանոնք — իրարմէ — դատել: Ես — երբ — երեք — համբիւս — դուն — ջանա՛ — բայց — չը — պիտի կարենաս — ձեռքերդ — դատել, — այլ — ո՛րչափ — ջանաս — ա՛յնչափ — աւելի — պիտի — կըպին — մատներդ — իրարու»: «Օ՛ն, պատրաստ... մէկ — երկուք — երեք: Հիմա — ջանա՛ — բայց — գիտցած — եղիր — թէ — չը — պիտի — կարենաս — դատել — ձեռքերդ»: ... «Օ՛ն — ջանա՛ — ջանա՛»:

Պէտք է գիտնաս թէ, այս փորձին մէջ ազդեցութիւնդ երկարատեւ չըլլար, ուստի երբ ենթակայդ կը ջանայ ու ձեռքերը չկրնար դատել, դուն ձեռքերդ շուտ իրարու դարնելով ըսէ «Արթընցի՛ր, բաւական է, արթընցի՛ր»: Այս փորձիդ

միջոցին ենթակայդ խնդալու կամ մէկ կողմ նայելու չէ՛, հապա պէտք է որ ուշադրութիւնը միայն քեզի տայ, եթէ ոչ՝ չես կրնար վրան ազդել:

Մինչ կը համբես «մէկ-երկուք-երեք», պէտք է որ իրեն նայիս, և ապա խօսիս, ո՛չ արագ եւ ո՛չ բարձրաձայն, այլ ազդեցութեամբ մի: Այս խիստ խօսիլ ըսել է, այլ գողտրիկ խօսիլ, որուն վարժուելու էք. վարպետ մի կրնայ մեղմով... փսփսալով մի իսկ ազդու խօսիլ: Այսպիսի խօսակցութիւնդ է որ ենթակայն պիտի պահէ ազդեցութեանդ տակ. դայս պիտի տեսնես շատ մի փորձերով:

Կրնայ պատահիլ որ հրամայածիդ պէս՝ ենթակայն ձեռքերը չկարենայ կապել կամ քակել: Ուստի դուն շուտ մի ձեռքերը բռնէ և քով քովի սեղմէ. ենթակայիդ պատուիրէ որ հանդարտ կենայ: Եւ ըսէ թէ «երբ-ես-երեք-համբիւս-ձեռքերդ-պիտի-քակուին-իրարմէ»: «Օն, պատրաստ-մէկ-երկուք-երեք» ըսէ և իսկոյն ձեռքերդ իրարու դարնելով ձայն հանէ և ըսէ «Ալ-բաւական-է, ձեռքերդ-դատէ, բաւական է-արթընցի՛ր ա՛լ-արթընցի՛ր (սթափէ՛)»:

Այսպիսի քանի մը փորձերով մինչ կը տեսնես թէ դիւրաւ կը յաջողիս, կրնաս վստահիլ թէ յաջորդ փորձերն ընելու պատրաստուած ես: Եւ եթէ մէկն ցարդ յիշուած չորս փորձերէն դիւրաւ կ'ազդուի, գիտցիր թէ նա է դիւրազդեցիկ և լաւ ենթակայ յաջորդ փորձերուն, զորս յաջողութեամբ կատարելու դժուարութիւն պիտի չունենաս: Երբ այս չորս փորձերը յաջողութեամբ կատարես, գիտցիր թէ «Քարշող զօրութիւն» ըստացեր ես—ենթակայիդ ազդելու վարպետ եղեր

էս : Այսպէս անձիւ վրայ վստահութիւնդ պիտի աւելնայ, որով ազդեցիւ զօրութիւնդ ալ պիտի զօրանայ :

Կարեւոր գիտելիք :—Ձեռնարակնկալել թէ չուտ մի պիտի վարժուիս ազդեցութեանդ ենթարկել ամեն մարդ, քանզի դուն համբալ մի ես, և վարժ վարպետի մը չափ ազդեցիկ չես կրնար լինել : Շատ մը փորձարկութեամբ վարժընելու պէտք ունիս, ուստի ո՛րքան շատ փորձարկութիւն ունենաս, ա՛յնքան շուտ վարպետ պիտի ըլլաս :

Ը. ԴԱՍ

ՃՈՒՌԸ ԺՐԱՅՆԵԼ

Նախկին վարպետք կարծեր են թէ, ենթակայն ազդեցութեան տակ առնելու համար՝ պէտք է քնացնել զինք, ուստի առաջին պատեհիւ քնացընելու փորձին կը դիմէին : Բայց վերջերս գիտցընեցաւ թէ այս էր սխալ, որովհետեւ իր ազդեցութեան ժամանակը՝ պարապ վատնած կ'ըլլայ : Արդ նոր կերպն այս է :

Ընտրէ այնպիսի ենթակայ մի, որ դիւրաւ կ'իյնայ կռնակին կամ երեսին վրայ, և որուն ձեռքերը դիւրաւ կրնաս իրարու փակցնել տալ : Եւ ըսէ ենթակայիդ որ մարմնոյն ծանրութիւնը ձգէ աջ ոտքին վրայ, և դուն ծունկ չոքած ձախ ձեռքերդ բռնէ անոր ձախ ձեռքը : Պատուիրէ որ ուղղակի նայի քու աչքերուդ մէջ, և խորհի թէ ինք ոտքը (ձուռը) չկրնար ծռել, մինչ դուն կ'ելլես



Պատ. 7

ԵՆԹԱԿԱՅԻՆ ԱՌՋԵԻ ԾՆՐԱԴՐԵԼ

ոտքիդ վրայ : Պէտք է ինք շարունակ նայի աչքիդ մէջ, ո՛չ ուրիշ տեղ : Այս միջոցին դուն ծունկ չոքած ըլլալու ես, ինչպէս կ'երևի պատկեր 8-ին մէջ : Հիմա ձեռքդ շոյէ (փաս ըրէ) ճուռն իվար՝ ծունկէն հինգ վեց մատնաչափ վերէն սկսելով մինչեւ ծունկէն հինգ վեց մատնաչափ վար : Եւ երբ փաս կ'ընես իրեն ըսէ մեղմ ձայնով ու դը՛րական շեշտով մի թէ «Հիմա պիտի-գիտնաս-թէ -ճուռդ-ա՛յնքան-ժրած-է, որ թէ եւ-ջանաս-չպիտի-կարենաս-ծռել : Եւ ո՛րքան ջանաս ա՛յնքան-աւելի-պիտի-ժրի, պիտի չը-կարողանաս-ճուռդ-ծռել-և-պիտի-քալես-ճուռդ-ժրած—ժը՛ր» : Այս վերջի բառն ըսածիդ պէս՝ խկոյն դուն ելիր (քալէ), բայց նայէ անոր երկու աչքին մէջտեղը—քթին կամարին արմատը : Եւ անոր ձեռքը բռնելով քաշէ դէպի առաջ—դէպի քեզ, և նայէ որ քալէ իր ճուռը ժրած : Այսպէս երբ քալէ երեք չորս քայլ, դուն ձեռքերդ իրարու դարձնելով ըսէ «Ալ արթնցիր, արթնցիր», որպէս ըսինք ձեռքերն իրար կապելու հրահանգին մէջ (է. դաս) :

Թ. ԴԱՍ

ԹԵԻԸ ԺՐԱՅՆԵԼ

Այս փորձին համար ընտրէ ենթակայ մի, որուն ճուռը դիւրաւ կրնաս ժրացնել : Իրեն ըսէ որ (ժրանալիք) ձեռքը գոցէ և թեւը ժրացունէ՝ որքան որ կրնայ : Եւ դուն ձախ ձեռքովդ բռնէ անոր (ժրած) ձեռքը, և աջ ձեռքդ առ դնդակդ և անոր աչքէն հինգ մատնաչափ հեռու բռնէ :



Պատ. 8

ԵՆԹԱԿԱՅԻՆ ԹԵԻԸ ԺՐԱՅ

Եւ այս միջոցին նայէ անոր քթին արմատին՝ երկու աչքին միջեւ : Խրատէ որ ենթակայդ չըլլայ թէ խնդայ և ուշադրութիւնն ուրիշ բանի դարձունէ, այլ բոլորովին քեզ ուշադիր ըլլալով խորհի թէ՛ իրօք իր թեւը ժրած է : Դուն գունդը բռնած տասը՝ տասնեւհինգ անգամի չափ շարժէ դէպի աջ և ձախ : Ապա գունդն անշարժ բռնէ աչքին դէմ հինգ մատնաչափ հեռի, և իրեն մեղմով և ազդուապէս ըսէ թէ «Հիմա-դուն-պիտի-գիտնաս-որ-քու-թեւդ-ժրած-է, և-որչափ-դուն-թեւդ-ծռել-ջանաս-նա-ա՛յնքան-պիտի-ժրի... : Ես-երբ-երեք-համարեմ-դուն-ջանա՛-թէ-եւ-պիտի-չը-կարենաս-թեւդ-ծռել : Օ՛ն, պատրաստ, մէկ-երկու-երեք... օ՛ն-ջանա՛-բայց-չպիտի-կարենաս-ծռել, օ՛ն-ջանա՛-ջանա՛-ջանա՛ :»

Մինչ նա կը ջանայ, բայց չկրնար թեւը ծռել, դուն իսկոյն ձեռքերդ իրարու զարնելով (ձայն հանէ) և ըսէ, «Ա՛լ արթնցիր, բաւական է, արթնցիր (սթափէ՛, ա՛լ սթափէ)», որպէս ըսինք (է. և Ը.) վերի հրահանգներուն վերաբերմամբ :

Ժ. ԴԱՍ

ՄԱՐԴՈՒՆ ԻՐ ԱՆՈՒՆԸ ՄՈՌՑՆԵԼ ՏԱԼ

Կանգնէ ենթակային առջին և ըսէ որ թուլացնէ մարմնոյն մկանունքներն, և մտածէ թէ, իր անունն այնպէս մոռցած է որ չպիտի կրնայ ձիւտ ըսել : Եւ դուն ձախ ձեռքդ դիր կոկորդին վրայ և յուշիկ մը դէպի վար շփէ, ապա գունդն աջ ձեռքդ առած՝ անոր աչացը առջեւ հինգ մատնա-

չափ հեռու բռնէ, և ըսէ թէ «դուն-պիտի-գտնես-թէ-անունդ-մոռցեր-ես, երբ-ես-երեք-համարեմ-դուն-պիտի-ջանաս, բայց-չպիտի-կարենաս-ըսել-անունդ : Օ՛ն, պատրաստ, մէկ-երկուք-երեք... «ջանա՛-բայց-պիտի-չըկրնաս-անունդ-ըսել, ... ջանա՛, ջանա՛, բայց անունդ մոռցե՛ր ես» : Այս փորձին մէջ ազդեցութիւնդ երկար չը տեւեր, ուստի երբ նա կը ջանայ ու չկրնար յիշել, դուն ժամանակ չանցուցած ձեռքերդ իրարու զարկ և ըսէ «Ա՛լ բաւ է, արթնցի՛ր, արթնցի՛ր, Գրիգոր» (մարդուն անունը կոչելով) :

ԺԱ. ԴԱՍ

ԵՆԹԱԿԱՆ ՆՍՏԱԾ ՏԵՂԷՆ ԶԿՐՆՍՐ ԵԼՆԵԼ

Ընտրէ մէկը, որ դիւրաւ կ'ազդուի առջի փորձերուն մէջ, ըսէ որ նստի (աթոռի կամ նըստարանի վրայ) և թոյլ ձգէ մարմնոյն մկանունքները : Եւ դուն առջեւը կանգնելով, գունդը աջ ձեռքդ առած բռնէ աչքերուն դիմաց, և շարժէ մեղմով դէպի աջ ու ձախ : Այս շարժումդ ըրէ տասն և մինչեւ տասնըհինգ անգամ, ապա գունդը անշարժ բռնէ աչքին առջեւ և ըսէ թէ «Հի-դը անշարժ բռնէ աչքին առջեւ և ըսէ թէ «Հի-մա-դուն-պիտի-գտնաս-քեզ, որ-նստարանին (կամ աթոռին) փակած-ես, և-պիտի-ջանաս-ելլել-բայց-աւելի-պիտի-փակչիս : Երբ-ես-երեք-համարեմ-դուն-պիտի-ջանաս, բայց-պիտի-չը-կարենաս-տեղէդ-ելլել... :» «Օն, պատրաստ, մէկ, երկուք-երեք, հիմա-ջանա՛, բայց-չը-պիտի-կարենաս-ելլել, Օ՛ն, ջանա, ջանա՛»



Պատ. 9

Երբ նա կը ջանայ ու չկրնար ելլել, այլեւս
դուն արթնցուր զինք:

ԺԲ. ԴԱՍ

ԵՆԹԱԿԱՆ ՉԿՐՆԱՐ ՆՍՏԻԼ

Ենթակայդ կայնեցուր աթոռին առջեւը, ըսէ
որ ժրեցունէ ճռուընէրը (ձգեցընէ ոտից մկա-
նունքը), և ըսէ որ մտածէ թէ, ոտքերն ա՛յնքան
ժրած են, որ չպիտի կարենայ նստիլ: Եւ դուն
գունդն առած՝ բռնէ աչքին դէմ հինգ մատնա-
չափ հեռու, գունդը մեղմով շարժէ դէպի աջ
ու ձախ: Այս շարժումը կրկնէ հինգ հեղ և աւե-
լի, ապա գունդն անշարժ բռնէ աչքին դէմ և ը-
սէ թէ «Հիմա-դուն-պիտի-գիտնաս-թէ-ոտքերդ
(ճռուերդ) ժրած են և չես-կրնար ծռել»: Ես երբ
-երեք-համբմ-դուն-թէեւ ջանաս, բայց-պիտի-
չը-կրնաս-նստիլ-...: Օ՛ն, պատրա՛ստ, մէկ, եր-
կուք, երեք: Հիմա-ջանա՛ր-բայց-չը-պիտի-կարենաս
նստիլ, ջանա՛, ջանա՛»:

Մինչ անոր ջանա՛ կ'ըսես, դուն պէտք է նա-
յիս անոր քթին արմատը: Եւ որովհետեւ այսպի-
սի փորձերու ազդեցութիւնն երկար չտևեր, ուս-
տի դեռ ինքնին շարժեցած (չսթափած) դուն
զինքն արթնցուր:



Պատ. 10

ԹԵԻԵՐՆԻՆ ՇԱՐԺՈՂ ԵՆԹԱԿԱՅՔ

ԺԳ. ԴԱՍ

ԵՆԹԱԿԱՅՔԻՑ ԹԵԻԵՐԻՆ ՇԱՐԺԵԼ ՏԱԼ ԱՆԴԱՒԱՐ

Դիւրաւ ազդուող չորս հինգ մարդիկ ընտրէ : Աթոռներու (նստարանաց) վրայ կարգաւ ու իրարմէ բաւական հեռի նստեցուր : Ըսէ որ ոտքերնին դոր գետինը դնեն և աթոռներուն կռթնելով մարմնոյ մկանունքները թուլցնեն և շատ հանգիստ ու հանդարտ նստին : Դուն առջեւին կանգնէ հինգ վեց ոտք հեռի, և դրական շեշտով մի անոնց ըսէ թէ «Այս շատ դժուարին փորձ մի է որ պիտի ընեմ, պէտք է ամէնդ ալ ուշադրութիւն տաք ինծի : Ուրիշ տեղ մի նայիք, և ո՛չ քովերնուդ մարդուն, թէ ան ի՛նչ կ'ընէ» : Այս միջոցին դուն իրենց աջաց բիւրերուն (օրթան) նայելու ես ազդու դիտումով մի :

Ապա ըսէ որ ձեռքերնին (մատերնին, փերնին) գոցեն, և թեւերնին սկսին մեղմով դառցընել, և այնպէս որ իրարու չդպչին : Եւ գունդը ձեռքդ առած բռնէ աչքերնուն դէմ, և ըսէ որ ամէնն ալ նային անոր մէջի ոսկորին : Եւ կէս վայրկեանի չափ յետոյ ըսէ «Հիմա-ձեր-ձեռքերն-արագօրէն-կը դառնան, թէեւ-դուք-ուզէք հանդարտ-կեցնել-տակաւ ին-թեւերնիդ-պիտի-դառնան» : Երբ-ես-հիմա-երեք-համբամ դուք-պիտի-ջանաք, բայց-պիտի-չկարենաք-հանդարտ-կեցընել-մինչև-որ-ես-ըսեմ... Օ՛ն, պա՛տրաստ, մէկ, դարձուցէք արագ. երկուք, աւելի արագ. երեք... Հիմա-թէեւ-ջանաք, չպիտի-կրնաք-հանդարտ կեցնել : Բայց ջանացէ՛ք, ջանացէ՛ք... բայց չէք կրնար կեցնել» :

Այս խօսելուդ միջոցին պէտք է որ շարունակ և ազդուօրէն իրենց նայիս : Եւ ով որ կամաց կը



Պատ. 10

ԹԵԻԵՐՆԻՆ ՇԱՐԺՈՂ ԵՆԹԱԿԱՅԻ

ԺԳ. ԴԱՍ

ԵՆԹԱԿԱՅԻՑ ԹԵԻԵՐԸ ՇԱՐԺԵԼ ՏԱԼ ԱՆԴԱԴԱՐ

Դիւրաւ ազդուող չորս հինգ մարդիկ ընտրէ : Աթոռներու (նստարանաց) վրայ կարգաւ ու իրարմէ բաւական հեռի նստեցուր : Ըսէ որ ոտքերնին դոր դետինը դնեն և աթոռներուն կռթնելով մարմնոյ մկանունքները թուլցնեն և շատ հանգիստ ու հանգարտ նստին : Դուն առջեւնին կանգնէ հինգ վեց ոտք հեռի, և դրական շեշտով մի անոնց ըսէ թէ «Այս շատ դժուարին փորձ մի է որ պիտի ընեմ, պէտք է ամէնդ ալ ուշադրութիւն տաք ինծի : Ուրիշ տեղ մի նայիք, և ո՛չ քովերնուդ մարդուն, թէ ան ի՛նչ կ'ընէ» : Այս միջոցին դուն իրենց աչաց բիւբերուն (օրթան) նայելու ես ազդու դիտումով մի :

Ապա ըսէ որ ձեռքերնին (մատերնին, փերենին) գոցեն, և թեւերնին սկսին մեղմով դառցնել, և այնպէս որ իրարու չդպչին : Եւ գունդը ձեռքդ առած բռնէ աչքերնուն դէմ, և ըսէ որ ամէնն ալ նային անոր մէջի ոսկորին : Եւ կէս վայրկեանի չափ յետոյ ըսէ «Հիմա-ձեր-ձեռքերն-արագ օրէն-կը դառնան, թէեւ-դուք-ուղէք հանդարտ-կեցնել-տակաւ ին-թեւերնիդ-պիտի-դառնան» : Երբ-ես-հիմա-երեք-համբեմ դուք-պիտի-ջանաք, բայց-պիտի-չկարենաք-հանդարտ-կեցընել-մինչև-որ-ես-ըսեմ... Օ՛ն, պա՛տրաստ, մէկ, դարձուցէք արագ-երկուք, աւելի արագ-երեք... Հիմա-թէեւ-ջանաք, չպիտի-կրնաք-հանդարտ կեցնել : Բայց ջանացէ՛ք, ջանացէ՛ք... բայց չէք կրնար կեցնել» :

Այս խօսելուդ միջոցին պէտք է որ շարունակ և ազդուօրէն իրենց նայիս : Եւ ով որ կամաց կը

դարձունէ, զինքն հանդարտեցուր, միայն լաւ ազդեցութիւնները թող մէկ երկու վայրկեանի հափ դարձնեն, այլ դեռ իրենք չսթափած (չարթնցած) դուն զիրենք հանդարտեցուր: Յայտնի է թէ, անոնք որ ուրիշ փորձերու մէջ լաւ չէին ազդուիր, այս փորձին մէջ շուտ կը դադրին, ասոնք պէտք է շուտ հանդարտեցնել, եթէ ոչ միւսներուն առած ազդեցութեան փնաս կուտան:

Այս փորձն է հետաքրքրական, եթէ զգուշութեամբ կատարելով յաջողիք: Ուստի երբ գործողութեանդ կը սկսիս՝ պէտք է խօսքերովդ և վարմունքովդ ցուցնես թէ, դուն աս գործին վարպետն ես: Եւ եթէ խօսքերուդ մէջ սխալիս, մի՛ կասկածիր թէ անոնք սխալիլդ իմացան, բայց եթէ դուն սխալանքիդ վրայ չփոթիս՝ դժուարաւ կրնաս ենթակայիցդ վրայ ազդել պէտք եղածին չափ:

ԺԴ. ԴԱՍ

ԱՆՁՆԱԿԱՆ ՄԱԳՆԻՏՈՒԹԻՒՆ

Ամէն մարդ քիչ թէ շատ ունի մագնիսական զօրութիւն, զոր և կրնայ աւելցունել շատ անգամ փորձարկութիւն (փրաքտիս) ընելով: Այս փորձարկութիւնը ո՛րքան յաճախ ըլլան և խնամով կատարուին, ա՛յնքան զօրաւոր կ'ըլլայ մէկուն ազդեցութիւնն ուրիշի վրայ: Թէ՛ անձնական մագնիսութիւն թէ՛ Հիփնոթիզմ սերտիւ կապուած են իրարու, ա՛յնպէս որ մէկը չկրնար Հիփնոթիզմի վարպետ ըլլալ՝ եթէ չունենայ անձ-

նապէս ուրիշներու վրայ ազդելու զօրութիւն: Այս ազդեցութիւնը շատ կարեւոր է, ուստի, անոնք որ կ'ուզեն այս սքանչելի զօրութիւնները աւելցնել, թո՛ղ գործադրեն ցարդ տրուած հրահանգները:

Ասոնք՝ ենթակաները արթնութեան ազդեցութեան տակ առնելու փորձերն են, այսինքն ենթադրան շրջել կռնակի ու երեսի վրայ, ենթակային ձեռքերն իրար փակցնել տալ ու թեւն ու ոտքը ժրցնել, ենթակային անունը մոռցնել տալ, աթոռի վրայ չկրնար նստիլ, աթոռին փակչիլ, և թեւերը չարժեքէն չկարենալ դադրեցնել: Երբ այսպիսի գործողութիւններ կրնաք յաջողութեամբ կատարել, կրնաք վստահիլ որ անձնական մագնիսութիւնները ա՛յնքան զօրացեր են, որ ալ կրնաք զարմանալի գործողութիւններ ընել:

Յիշեցէ՛ք որ ուրիշի մը մտքին ազդելու համար, դուք ունենալու էք կամքի կորով ու վարպետ ըլլալու չափ յարատեւութիւն: Գուցէ ոմանք ձեզի հակառակ խօսին, մի՛ բարկանաք և մի՛ վրձեգիր հատիք, ասանկ ընողներուն կամքը տկար կ'ըլլայ: Եւ եթէ մէկ մը իր անձին չկրնար իշխել, ա՛լ ի՛նչ պէս պիտի կարենայ ուրիշին վրայ իշխել: Անձնիշխան ըլլալն կարեւոր է: Այս արհեստին (արուեստին) տիրանալու յաջողութեան պայմաններէն մէկըն է նախ՝ անձիւ տիրել, որ կարենաս ուրիշին մտքին ալ տիրել:

ԶԳՈՒՇՈՒԹԻՒՆ: Հիփնոթիզմի փորձեր մի՛ ընէք, մինչև որ ամէն պէտք եղած գիտելիքները լաւ մը շուստ մտաւիրէք: Ա. Բ. Գ. . . կարդալու պէս՝ մը շուստ մտաւիրէք: Գիտելիքները գիտցած ըլլաք: Եւ պէտք է անոր գիտելիքները ճշգիւ կատարէք, դժուար եթէ մեր հրահանգները ճշգիւ կատարէք, դժուար

բութեանց պիտի-շարատահիք, իսկ եթէ տանց համեմատ չէք գործեր, այլևս մեզ մեղադրելու չէք: Հետեւեալ հրահանգներու մէջ պիտի ցուցնենք անձնական մագնիսութեան ազդու և գործածելիքանի մը կերպեր հիփոթիզմի (քնէածուծ իւն) կիրարկումներով: Անոնք ո՛չ միայն առողջական գործողութեանց հոգեբանական (ոգեբանութիւն) զըտարճալիքներ և փորձեր են, այլև նախապարաստութիւններ են, որոնց նկատմամբ երրորդ մասին մէջ հրահանգ պիտի տանք: Յարգ գրուածները (Ա. Մասի հրահանգներն) նախապարաստութիւններն են քնէածուծեան գործողութեանց (Բ. Մաս):

ԱՐՈՒԵՍՏ ՄՏԱՅԱՌՈՒԹԵԱՆ

ՄԱՍՆ ԵՐԿՐՈՐԴ
ԱՐԹՈՒՆ ՄՏԱՅԱՌՈՒԹԻՒՆ

ԺԵ. ԴԱՍ

ՔՆԷԱԾՈՒԹԵԱՆ ԱՌԱՋԻՆ ԲԱՅԼԸ

Ընարէ ենթակայ մը, որուն ձեռքերը դիւրաւ կրնան իրարու փակցնել, զինքը աթոռի մը վրանաւեցուր, այնպէս որ կռնակը նստարանին կռթընած ըլլայ և ոտքերը գետնի վրայ չիփ-չիտակ դրած ու ձեռքերն ալ ծունկերուն վրայ: Ըսէ որ մարմնոյն բոլոր մկանունքները թուլուչիկ ձգէ, և խորհի թէ կը քնանայ, ինքն իրեն ըսէ թէ՝ քունս կուգայ... ես յոգնած եմ, քնանալու եմ...

Յետոյ, առջեւ և աջ կողմը կանգնէ, քնէածու գնդակդ ա՛ռ աջ ձեռքդ, ենթակային աչքէն հինգ մատնաչափ բարձր և աւելի ճակատին վրայ՝ այնպէս որ գայն տեսնելու համար աչքերը քիչ մը վեր գարձնէ: Ըսէ՝ որ ուղղակի գունդին նայի և գլուխը բնաւ չշարժէ, այլ աչքերը գունդին յառած պահէ: Հիմա սկսէ գունդը շարժել մեղմով, դէպի աջ ու ձախ, մեղմով շարժէ ու միօրինակ, այնպէս որ ենթական կարող ըլլայ գունդը որոշ տեսնելու:

Հիմա սկսէ ըսել մեղմով և դրական շեշտով մը թէ, «Բու - աչքերդ արցունքով լիք - են, քու - աչքերուդ - կուպերը - կը ծանրանան, այնպէս որ - չես - կրնար - աչքերդ - բաց - պահել - պիտի - փակես - զանոնք - և - պիտի - քնանաս - , լա՛ւ ...»: Այս խօսքերը



(Պատկեր 11)

ՔՆԷԱԾՈՒԹԵԱՆ ԳՈՒՆՏԻՆ ՅԱՌԵԱԼ

երկարէ մինչև որ աչքերը փակուին (մրափելու պէս ըլլայ)։ Հիմա գունդը աջ ձեռքդ բռնած՝ ճակտին վրայէն սկսելով մինչև երեսի ոսկորն իջնես շոյելով։

Այս շարժումդ ու խօսքերդ կրկնէ՛ ըսելով թէ, «Դուն-չատ-յոզնած-ես-քունդ-կուգայ-պիտի-քընանաս, որովհետև-մարդու-ձայն-չես-լսեր-իմ-ձայնէս-ի դատ։ Եւ-եթէ-ուրիշ-մէկը-քու-հետ-խօսի, ո՛չ-պիտի-կարենաս-լսել, և ո՛չ-պատասխանել, այլ միայն-իմ-ձայնս-կը լսես-և միայն-գիտ-կրնաս-տեսնել։ Արդ-քանի-որ-ես-տասը-կը համբմ-դուն պիտի-քնանաս, լա՛ւ...»։ Յետոյ, սկսէ՛ մեղմ ու ազդու կերպով համբել, «Մէկ-երկու-երեք, ... տասը»։ Եւ դարձեալ ըսէ, «Իրաւ որ գլուխդ ծանրացած է և մարմնիդ մկանունքները թուլցեր են, ալ հիմա դուն խորունկ մը պիտի քնանաս, լա՛ւ, ուրեմն՝ քնացի՛ր, քնացի՛ր, քնացի՛ր...»

Այսպէս խօսելը շարունակէ մինչև որ քնանայ (մրափէ)։ Բայց այս քնեածութեան ընդհանրապէս տասէն մինչև երեսուն վայրկեան կը տրուի։ Իսկ եթէ մէկն այս միջոցին չի քնանար, կամ գէթ չի մրափեր, քնեածութիւնը շարունակելը անօգուտ է։ Բայց, եթէ առաջին անգամ չյաջողիս մի՛ յուսահատիր, այլ երկրորդ և երրորդ անգամ փորձէ ուրիշ ենթականերու վրայ, և պիտի յաջողիս։ Ինչու որ երբ մէկ մը քեզի ենթակայ կ'ըլլայ, դիւրաւ կամ մէկէն կրնաս ազդեցութեանդ տակն առնել ան։

Դժուարագոյնն է առաջին ենթակադ քնացնելը, երկրորդ և երրորդ ենթակաները քնացնելը պիտի դիւրանայ։ Եւ երբ յաջողութեամբ քնացընես մէկը, յետոյ կրնաս թելադրութիւններդ ընել անոր։ Ըսենք թէ ենթակային վարդ քաղել տալ

կ'ուզես, քնէածութենէ յետոյ կ'ըսես թէ՝ «Հիմա երբ աչքերդ բանաս պիտի տեսնես թէ՝ ծաղկանոցի մը մէջ շատ վարդեր կան և դուն պիտի ելլես ժողովն զանոնք...»: Այս խօսքերդ երեք անգամ կրկնէ՝ և ըսէ՝, «Հիմա երբ ես երեք համբմամ աչքերդ բաց, որ ծաղկանոցը տեսնես»: «Ո՛ն, մէկ, երկու, երեք... աչքերդ բաց, որ ծաղկանոցն ու ծաղիկները տեսնես»:

Երբ ենթական աչքերը բանալով տեսնէ ծաղկանոցը, ըսէ թէ, «Կ'ուզեմ որ ելլես փունջ մը վարդ ժողովն, օ՛ն, ելի՛ր քաղէ»: Եւ երբ ան այս դերը կը կատարէ, զինքը արթնցում'ը ուրիշ դեր մըն ալ կատարել տալէդ առաջ: Մէկ քնէածութեամբ երկու դեր կատարել մի՛ տար, վտանգաւոր է: Իսկ անգամ մը արթնցնելէդ (սթափեցնելէդ) ետք՝ նորէն քնէածութեան պէտք չի մնար, միայն աչքերը փակել տալով՝ քու աջ ձեռքդ ա՛նոր երեսին վրայէն չօյէ երեք անգամ և ըսէ՝ ինչ որ թելադրել կ'ուզես: Զորօրինակ ըսէ՝.

«Հիմա, երբ աչքերդ բանաս, պիտի տեսնես փոքրիկ լճակ մը, ուր կան ձուկեր, որ պիտի ուզես բռնել, և ես ամէն մէկ բռնած ձուկիդ հինգ դահեկան պիտի տամ քեզի»: Այս խօսքերդ երեք անգամ կրկնէ՝, և ըսէ՝, «Արդ, աչքերդ բաց որ տեսնես լճակը և ձուկերը»: Երբ աչքերը բանայ՝ ըսէ, «Նայէ՛ լճակին և ձուկերուն, որ կ'ուզես բռնել...»

Երբ առաջին անգամ մէկը պիտի քնացնես, տասը կամ տասներեք վայրկեանէն աւելի քնէած մի՛ պահեր: Սակայն, այս տեղում թիւնը փորձառարար պիտի կարենաս երկարել կամ կարճեցնել ենթական վիճակին և կատարելիք դերին համեմատ: Այսպիսի մանրամասնութիւններ հրահանգներով չեն ըլլար, այլ փորձառութեամբ:

ԺԶ. ԴԱՍ

ԱՐԹՆՑՆԵԼՈՒ ԿԵՐՊԸ

ԶԳՈՒՇՈՒԹԻՒՆ: Մէկը քնէածութեան ենթարկելէդ առաջ՝ պէտք է կատարեալ վստահութիւն ունենաս թէ՝ պիտի կարենաս արթնցնել: Ենթադրեալ երբ իր դերը կատարելու վրայ կը գտնուի, պէտք չէ զայն արթնցնել և ո՛չ ալ բարկացոտութեամբ՝ պօռալով և յանկարծակի արթնցնել, այլ մեղմով մը մտաներդ իրարու զարնելով ըսէ, «Այլ ևս արթնցի՛ր, ես կ'ուզեմ որ արթննաս, արթընցիր...»: Եթէ տեսնես թէ չարթննար՝ կրնաս քիչ մը ազդու խօսելով արթնցնել շուտ:

Երբ ենթակայ մը քնէածած ես դեր կատարել տալու, երբեմն յանկարծակի կ'արթնայ ան: Երբեմն ալ վարպետը կ'օգտուի արթնցնելէն: Բայց առհասարակ լաւ է մեղմով (կամաց-կամաց) սթափեցնել: Այս տարբերութիւնները կախում ունին ենթակային կատարելիք դերէն: Եթէ ենթական այնպիսի դերի մը մէջ է, ուր վտանգ չի կայ, կըրնաս մէկէն արթնցնել ան, իսկ եթէ ենթական նստարանի մը կամ սեղանի մը վրայ կանգնած է, ուրկէ իյնալու վախ կայ, պէտք է մեղմով արթընցնել:

Եթէ մէկէն արթնցնել կ'ուզես, ձեռքերդ ուժգնապէս իրարու զարկ, և բարձր ու ազդու ձայնով մը ըսէ՝ «Արթնցի՛ր... շուտ արթնցի՛ր: Խօսքերդ կրկնէ մինչև որ սթափի (արթնայ): Եթէ արթնցնելու դժուարութիւն ունենաս, կամ ենթական ուղածիդ չափ չուտով չսթափի, մի՛ վախնար, այլ նստեցուր և ըսէ որ հանգարտ կենայ: Յետոյ ըսէ իրեն՝ «Հիմա մինչև որ հինգ համբմամ

կ'ուզեմ որ արթննամ, և շատ լաւ հաճոյք պիտի զգաս... Օ՛ն, պատրաստ, մէկ-երկու-երեք-չորս-հինգ: Ա՛լ արթնցի՛ր», ըսէ հրամայական եղանակով մը:

Երբ աչքերը բանայ, ըսէ՝ անոր թէ՝ «Հիմա դուռն լաւ կը զգաս»: Լաւագոյն կ'ըլլայ եթէ այս ատեն ուղղակի նայիս ենթակային երկու աչքերուն բիւրերուն: Մեղմով մը նայէ՝ և ժպտադէմ ըսէ՝ «Հիմա շատ լաւ կը զգաս»: Եթէ ենթակադ սթափած է, ինքն ալ կը ժպտի: Այսպիսի ժպտ մը խօսակցութեան շափ ազդեցիկ կրնայ ըլլալ ենթակային:

Երբ ենթակադ դողալ սկսի, և չկրնաս սթափեցնել, մի՛ վախնար: Միայն այն հանդարտեցընելով ըսէ՝ «Հիմա հինգ վայրկեան ժամանակ պիտի տամ քեզի, կ'ուզեմ որ անկէջ յետոյ արթննաս, չեմ ուզեր որ երկար մը ափես, ես զըզւեցայ քու ընելիքներէդ»: Երբ հինգ վայրկեանը լրանայ քովը գնա և ըսէ՝ «Հիմա երբ հինգ համբմ, կ'ուզեմ որ արթննաս, եթէ չարթննաս պիտի պատժեմ քեզ... Օ՛ն, պատրաստ, որ չուտ արթննաս: Մէկ-երկու-երեք-չորս-հինգ, արթընցիր, օ՛ն, արթնցիր»: Եթէ չստփի աւելի ոտիպէ և ազդեցիկ խօսէ: Ենթակային երեսին զարնելու կամ ո՛ւր է բռնադատումի պէտք չկայ: Եթէ այն հանդարտ թողուս, ինքնիրեն իսկական քնոյ կ'անցնի և յետոյ կ'արթնայ: Բայց եթէ մեր հրահանգները ճշդիւ կատարէք, այսպիսի սրտնեղութեանց պիտի չհանդիպիք:

Զրլայ թէ այս մասին տարակուսիք, որովհետեւ դժուարութիւններն շատ հազուադէպ են — հարկւրին մէկ չպատահիր: Մանաւանդ եթէ ձեռք չառնէք ջղային (hysterical) մարդիկ: Լաւ է այս-

պիսիները փորձի չենթարկել, միայն քիչ մը խօսակցութեամբ կրնաս դարմանել թերութիւնը: Այսպիսիները ոմանք առաջին փորձի մէջ դող կ'ելլեն (կը դողդղան), երբ այս ցոյցը տեսնէք՝ աւելի փորձի մի՛ ենթարկէք, վտանգաւոր է:

ԺԷ. ԴԱՍ

ԶԱՆԱԶԱՆ ԴԵՐ ԿՍՏԱՐԵԼ ՏԱԼ

Քնարեր գնդակով կատարելիք շատ փորձեր կան, որոնցմէ միայն անոնք պիտի գրեմ որ ազդեցիկ են և վարպետին ալ նպաստաւոր կրնան ըլլալ:

Արդ, ենթակադ նստեցո՛ւր աթոռի վրայ՝ հանգիստ վիճակի մէջ, կռնակը աթոռին կռնած և ոտքերը շիտակ գետին դրած ու ձեռքերը իր ծունկերուն վրայ [Տե՛ս Դաս ԺԱ. և Պատկեր Ծ]: Ըսէ՝ որ մարմնոյն մկանունքները թոյլ ձգէ և քեզի ուշադիր ըլլայ: Կանգնէ առջևը և աջ ձեռքդ ա՛նքը նարեր գնդակը, բռնէ ենթակայի աչքէն երկու ոտնաչափ հեռու, և ըսէ թէ՝ «Հիմա ես պիտի թիւ համբմ, կ'ուզեմ որ իմ ամէն մէկ թիւ ըսելուս դուն աչքդ գոցես և բանաս, ուղղակի գունդին նայիս և պատրաստ եղի՛ր որ նորէն գոցես՝ երբ յաջորդ թիւն հնչեմ»: Յետոյ համբէ՛ «Մէկ-երկու-երեք-չորս-հինգ-վեց», թո՛ղ ամէն մէկ թիւն հնչելուդ՝ ենթական աչքը գոցէ և բանայ: Այսպէս պիտի տեսնես որ անոր աչքին բացուածքը կը փոքրանայ հետզհետէ և ա՛յնքան որ ա՛լ չկրնար աչքերը գոցել ու բանալ, և հազիւ կրնայ կոպերը (աչաց խաբարները) շարժել: Այս կ'ըլլայ առհասարակ մինչև քսան եռեսուն համբելը, գրեթէ հասարակ մինչև քսան եռեսուն համբելու պէտք չըլլար: Եւ երբ



(Պատկեր 12)

ԵՆԹԱԿԱՅԻՆ ԱԶԳԵՐԸ ՔՆԱԿԻՅ

տեսնես թէ ենթակադ ա՛լ չի կրնար աչքերը կերպով մը շարժել, դուն փոխան թիւ ըսելու՝ սկսէ՛ միւսնոյն հնչմամբ իրեն ըսել թէ՛ «Քունդ կ'ուգայ, պիտի քնանաս, արագ-արագ, քնացի՛ր, ա՛լ քնացիր, անուշ մը քնացիր...» :

Զգուշացի՛ր որ թիւ համրելը և ապա բան խօսելը ըլլան միւսնոյն թօնով-եղանակաւ՝ ընդհատումով և աստիճանով: Ապա երբ դեր կատարել պիտի սկսիս լաւ է որ ենթակային ձեռքը յարմար բան մը տաս, քան թէ ոչինչ չտաս: Զորօրինակ, ենթակայիդ ձեռքը սոխ մը կամ փաթաղէս մը տալով հաւատացուր թէ խնձոր է, այս լաւ է քան ոչինչ տալով ըսել թէ՛ «Ձեռքդ խնձոր մը ունիս կե՛ր: Ըսենք թէ կ'ուզես որ ենթակադ սոխը իրեն խնձոր ուտէ, քնէածուծենէն յետոյ ո՛ր է դիրքի մէջ որ է առանց փոփոխելու իրեն ըսէ՛ - է՛ «Երբ աչքդ բանաս, ես քեզի գեղեցիկ խնձոր մը պիտի տամ, որ առնես ուտես»: Ըսէ՛ այս մեղմարար բայց որոշ ձայնով (հնչումով), կրկնէ՛ երեք անգամ և ապա ըսէ՛ «Արդ աչքերդ բաց, որ տեսնես խնձորը, և առնես ուտես»: Ան աչքը պիտի բանայ և շատ խառնաչփոթ պիտի տեսնէ: Իսկ դուն սոխը անոր առջև բռնելով ըսէ թէ՛ «Ահա կը տեսնես աս խնձորը, ա՛ն կե՛ր»: Այսպէս տասը փորձէն ինը պիտի յաջողի, ենթական սոխը պիտի ուտէ իբր խնձոր:

Պէտք չի կայ զանազան դեր կատարելու վրայ երկար բացատրութիւններ տալ, ինչու որ ամէնն ալ քնէածուծեան (հիպնոթիզմի) նոյն կերպերովը կը կատարուին, շատ քիչ փոփոխութեամբ: Ուրեմն, մէկ քանին իբրեւ նմոյշ (օրինակ) բացատրելով բաւական պիտի ըլլայ ուրիշներ իմանալու: Ասոնց գաղտնիքը կամ տարբերութիւնը քը-

նէածուծեան մէջ չէ, այլ վարպետութեամբ խօսելով ազդելուն (մտայառութեան) մէջ է: Ուրեմն, (ա) ենթական խորունկ մը քնացնել տուր, (բ) ըսէ, ի՛նչ որ ընել տալ կ'ուզես (գ) խօսքերդ որոշ, պարզ և վստահացուցիչ թո՛ղ ըլլան: Այս երեք պայմանով կրնաս յաջողիլ զանազան դեր կատարել տալու:

Առհասարակ ենթական ամէն թելադրութիւն կը կատարէ՝ եթէ իրեն կամքին հակառակ չըլլայ: Ըսենք թէ՝ գաւաթ մը ջուրը իբր օղի խմցնել տալ ուզես, որ արբեցողի մը դեր կատարէ: Եթէ ենթական օղի չի գործածեր, չի սիրեր, մանաւանդ եթէ գարշած է օղիէն և կ'ատէ արբեցողութիւնը, դժուար կ'ըլլայ այս դերը կատարել տալ, բայց գինեմօլի մը այս դերը կատարելն հաճելի պիտի ըլլայ: Այսպէս ենթակային հաճելի դեր կատարել տալու ես:

Եւ անգամ մը քսանը չորս տարեկան երիտասարդ մը քնացուցի, որ քանի մը դեր կատարելէն յետոյ, ուզեցի որ արբեցողի դեր ալ կատարէր: Արդէն, գիտէի որ երիտասարդը ո՛չ օղի կը գործածէր և ո՛չ գարե-ջուր իր կենացը մէջ, միայն երբեմն գինի կը խմէր, և այն ալ շատ քիչ: Եւ երբ օղիի թելադրութիւնը (խօսքերն) ըրի, աչքերը բանալով ձեռքիս գաւաթին նայեցաւ, ու ժպտուն երեսով մը մերժեց: Նոյնպէս ըրաւ և գարեջրին: Բայց երբ ըսի թէ՝ «Գաւաթս ո՛չ օղի է ո՛չ գարե-ջուր, այլ գինի է և է՛ն լաւ տեսակ գինի ա՛ռ, խմէ», խնդում երեսով առաւ ջուրը և իբրեւ գինի խմեց (կոնծեց): Եւ յետոյ յաջողութեամբ կաատարեց ուրիշ դերեր ևս:



(Պատկեր 13)

ԵՆԹԱԿԱՆ ՔԹԻՆ ՅԱՌԱՄ

ԺԸ. ԴԱՍ

ԵՆԹԱԿ՝ՅԻՆ ԱԶԲԵ ՅՍՈՒԵԼ ՏՍԼ՝

ՄԵՐ ՈՒԶՍԾ ԿԷՏԻՆ

Ենթական նստեցուր աթոռի մը վրայ հանգիստ և կռթնած, ըսէ որ մարմնոյն բոլոր մկանունքները թուլցնէ, և նայի (յառի) իր քթի ծայրին այնպէս որ կարենայ կրցածին չափ լաւ տեսնել: Եւ դուռնանոր աջ կողմը կանգնելով՝ ձախ ձեռքդ անոր դըլխին վրայ դիր և նայէ իր քթի տրամալին — երկու աչաց միջևն եղած կամարին: Նայուածքները (յառուները) շարունակեցէք մինչև որ ենթակային աչքերը փակուին: Ապա, քնարեր դուռնոյ աջ ձեռքըդ բռնած՝ անոր ճակատին վրայէն շոյելով (չըփելով) տար մինչև երեսի ոտկորը, այսպէս դէպի աջ և դէպի ձախ երեսներուն վրայէն քանի մը հեղանցուր: Ապա խօսէ՛ ինչպէս ըսեր ենք նախորդ դասին մէջ — խօսէ մեզմ' թոնով ու միօրինակ՝ որքան ճշգուծեամբ (նոյնութեամբ) որ կրնաս:

Այս դործողութիւնը կ'ըլլայ շատ ազդեցիկ, եթէ պարագաները խնամով նկատուին: Եւ այսպէս ուրիշ բանի մը՝ կէտի մը յառիլ (նայիլ) տալով ալ կրնանք ենթական քնէածել՝ ո՛րքան երկարատե ու խորունկ որ ուզենք:

ԺԹ. ԴԱՍ

ԶՐԻ ԳՈՐԾԱԾ ՈՒԹԵԱՄԲ ՔՆԷԱԾԵԼ ԵՆԹԱԿԱՆ

Ենթական հանգիստ նստեցուր աթոռի մը վրայ և կռթնել տուր, թո՛ղ քակէ փողկապն ու օձիքը: Գաւաթ մը ջուր ձախ ձեռքդ բռնած նստէ անոր առջևը, և պատուիրէ՛ որ աչքերը փակելով խոր-



(Պատկեր 14)

ԶՐԻՆ ԳՈՐԾԱԾ ՈՒԹԻՒՆԸ

հի թէ կը քնանայ: Եւ դուն աջ ձեռքիդ երկու մատները ջրին մէջ թաթխելով՝ անոր քթին վրայէն — արմատէն մինչեւ ծայրը շոյէ (շփէ), և այս շփումը կրկնէ հինգ-տասը վայրկեանի տևողութեամբ: Ապա, ջուրը մէկ կողմ դի'ր ու կանգնէ՝ ենթակային առջև, ու երկու բութ մատերդ դի'ր անոր քթին արմատին (կամարին) վրայ, իսկ մատներդ ականջին վրայի կողմերը դի'ր: Այսպէս ենթակային արեան շրջանը կը մեղմացնես, ինչպէս կ'ըլլայ երբ մէկը հանգիստ քնանայ, ուստի քու ենթակադ ալ պիտի քնանայ ա'յնպէս՝ ինչպէս որ ուզես ազդել:

Բայց զգուշացի'ր որ շփումներդ ա'յնքան ալ խիստ չըլլայ, որ ենթակադ անհանգիստ ըլլայ, որ ո'չ միայն քեզի չի ծառայեր, այլ և անոր փնասակար կրնայ ըլլալ:

Ի. ԴԱՍ

ԵՆԹԱԿԱՅԻՆ ՔՆԷԱԾ ԸԼԼԱԼՆ ՍՏՈՒԳԵԼՈՒ ՓՈՐՁԵՐ

Երբ քսան-երեսուն վայրկեան կ'աշխատիս քընացնելու, ենթական գլուխը կը ձգէ մէկ կողմին վրայ, բայց որոշ չես գիտեր թէ քնացե'ր է ան թէ ո'չ, այն ատեն այս փորձն ըրէ': Ենթակային աջ ձեռքէն բռնելով վերցու'ր որքան որ կրնաս (կ'ուզես) և թո'ղ որ իյնայ, եթէ թմրածի պէս թեւն իյնայ, գիտցի'ր որ իրօք քնացեր է: Իսկ եթէ թեւն ամուր բռնած է որ չելլէ կամ չիյնայ, այս նշան է թէ՝ լաւ մը քնացած չէ տակաւին:

Քնէածութիւնն ստուգելու երկրորդ փորձ մը ալ այս է: Բութ մատովդ ենթակային աչքերու

խաբախը յուշիկ մը վերցնելով նայէ: Թէ որ աչքին սևուցքը չերեւիր այլ միայն ձերմկուցը, խոր քնացած ըլլալու է, իսկ ոմանց աչքի սևուցքին կէսը՝ աչքերու կլօփին մէջ դառցած կ'ըլլայ, այս նշան է թեթեւ (միջին աստիճան) քնէածութեան կամ հասարակ քնոյ պէս:

Քնէածութեան երրորդ փորձը կ'ըլլայ ենթակային ակռայի ցաւ թելադրելով: Երբ ենթական քնէած կը համարիս՝ իրեն ըսէ՝ թէ, «Հիմա դուն պիտի ունենաս ակռայի ցաւ մը, և երբ աչքդ բանաս պիտի զգաս թէ՝ ակռադ կը ցաւի»: Երկու-երեք անգամ այս թելադրութիւնդ կրկնէ, ապա աջ ձեռքիդ երկու մատներն դի'ր ենթակային ձախ երեսին վրայ, և միտելու նման շարժէ՝ ենթական չնեղելու (չփնասելու) չափ: Ապա անոր ըսէ՝ թէ՝ «Աչքդ բաց»: Երբ ան բանայ, դուն նայելու ես անոր աչքերուն մէջ ըսելով թէ՝ «Ակռադ կը ցաւի, ակռադ կը ցաւի», և պէտք է նոյն ժամանակ մատներդ շարժես: Եթէ ենթական խոր քնացած է՝ իր ձեռքն ակռային վրայ կը տանի, և կը սկսի լալ կամ ազաղակել: Յայնժամ ըսէ՝ թէ՝ «Հիմա քու ակռադ չի ցաւիր, աչքերդ դոցէ և քնացի'ր»: Եւ այս միջոցին դուն աջ ձեռքովդ պէտք է շոյես (փաս ընես) երեսին վրայէն՝ երեք անգամ, ըսելով թէ՝ «Ակռայիդ ցաւն անցած է, այլ ևս ակռադ չի ցաւիր, դուն պէտք է խորունկ քնանաս»:

Երբ այս երեք փորձով կամ մէկ-երկուքով կը ստուգես թէ՝ ենթական իրօք քնէածեալ է, այլ ևս ան ազդեցութեանդ տակն է, ալ կրնաս ընել ո'նէ դեր կատարելու թելադրութիւններդ:

ԻԱ. ԴԱՍ

ԱՌԱՆՅ ԳՆԴԱԿԻ ՔՆԷԱԾՈՒԹԵԱՆ ԿԵՐՊ ՄԸ

Երեք դասով երեք հրահանգներ պիտի տամ, որոնք վարպետին կրնան ցուցնել թէ ինչպէս քընէածելու (հիպնոթիզմ ընելու է) ենթական՝ առանց գործածելու քնարեր գունդը: Այս արհեստի վարպետի մը այս գործիքը այնքան անհրաժեշտ է, որքան ածելին անհրաժեշտ է սափրիչին:

Ա. ենթական աթոռի մը վրայ հանգիստ նըստեցուր կամ քափուշի վրայ պառկեցուր: Եւ ձախ ձեռքիդ բութ մատը դի՛ր քու ձախ ձեռքի բութ մատիդ դէմ, այնպէս որ մատներուդ մէջտեղի մասերը իրարու դիմաց գան: Եւ ձախ ձեռքի մատներովդ բռնէ՝ անոր բութ մատին վրայ, ա՛յնպէս որ չնեղես: Ապա, քու աջ ձեռքովդ անոր մատները քու բութ մատիդ վրայ դի՛ր և ըսէ՛ որ իր աչքերը գոցէ և միտքը դառնէ սա խօսակցութեան վրայ, «Իմ քունս կուգայ—ես չատ յագնած եմ—ես չեմ կրնար խօրհիլ ո՛րէն քանի վրայ, բայց միայն քնանալու վրայ»: Թո՛ղ որ այս թեւադրութեանդ վրայ խօրհի ան (իր մտքին մէջ կրկնէ՛) և դուն մեղմով աջ ձեռքիդ երեք մատները դի՛ր ենթակային գլխուն վրայ՝ քիչ մը դէպ յառաջ, իսկ աջ ձեռքիդ բութ մատը դի՛ր քթին արմատին վրայ, որ է աչքերուն միջև: Այս տեղը բութ մատովդ վար սեղմէ՛ առանց նեղելու ենթակալ:

Ապա յուշիկ-յուշիկ և գողարիկ թօնով մը աուր թեւադրութիւնդ (թեւադրիչ խօսքերդ) ըսէ՛ թէ, «Քու մրափելը (բարեւուկդ) կուգայ, ամէն՝ բան



(Պատկեր 15)

ԱՌԱՆՅ ԳՆԴԱԿԻ ՔՆԷԱԾՈՒԹԵԱՆ ԿԵՐՊ ՄԸ

մթնցեր է քեզի համար, դուն շատ յոգնած ես և քունըդ կուգայ, դուն մէկուն ձայնը չես լսեր իմ ձայնէս դատ, երբ ես մէկ-երկու... մինչև տասը համբեմ, դուն խորունկ քնացած պիտի ըլլաս» : «Օ՛ն, մէկ-երկու-երեք... տասը» : Այս համբանքըդ լմնալէն յետոյ ալ շարունակէ խօսքերդ, — «Բու գլուխդ ծանրացեր է, դուն դժուարաւ շունչըդ կ'առնես, շատ ծանրկեկ շունչ կ'առնես... որովհետեւ իմ ձայնէս դատ ուրիշ մէկուն ձայնը չես լսեր, ուստի եթէ մէկը քեզի բան մը հարցընէ, դուն չի պիտի պատասխանես, քանզի մէկուն ձայնը չես լսեր իմինէս դատ...» : Այս խօսքերդ (փսիսութիւն) շարունակելու ես մինչև որ ենթական խոր քնոյ մէջ իյնայ : Եւ եթէ մէկ անգամէն չի կրնաս քնացնել, երկրորդ անգամ ալ փորձէ : Ամէն մէկ անգամի միջև գոնէ կէս ժամու չափ միջոց թո՛ղ անցնի, լաւ է յաջորդ օրն ալ կրկնել այս փորձը :

ԻՖ. ԴԱՍ

ԱՌԱՆՑ ԳՆԴԱԿԻ ՔՆԷԱԾՈՒԹԵԱՆ ԵՐԿՐՈՐԴ ԿԵՐՊ

Առանց գնդակի քնէածուծեան Բ. կերպ : Ենթակադ նստեցո՛ւր աթոռի մը վրայ, անանկ որ իր ուսերը նստարանէն վար մնայ, և թո՛ղ ոտքերն ալ գետին դնէ, ձեռքերը ծունկերուն վրայ և բոլոր մկանունքը թոյլ թողուած : Պատուիրէ որ աչքերը դոցելով քնանալու վրայ մտածէ : Եւ դուն աջ կողմը կանգնելով աջ ձեռքի բութ մատդ դի՛ր ենթակայի աջ աչքի կողմը՝ ահանջին քով, և աջ ձեռ-



(Պատկեր 16)

ԱՌԱՆՑ ԳՆԴԱԿԻ ՔՆԷԱԾՈՒԹԵԱՆ ԵՐԿՐՈՐԴ ԿԵՐՊ

քի (առջի) երեք մասներդ դի՛ր ձախ աչքի կողմը՝
ականջին քով : Բայց ենթակադ նեղելու շափ ամուր
մի՛ բռներ, (մի՛ ճնշեր) : Իսկ ձախ ձեռքովդ ալ՝
ենթակայի վիզին ետևի կողմը բռնէ : Այսպէս ընե-
լովդ արեան շարժումը կը հանդարեցնես (կը յամ-
րացնես) : Հիմա, վիզն ա՛ռ ձեռքիդ մէջ որչափ որ
կրնաս, ապա ենթակայիդ ըսէ՛ որ իր ամբողջ մար-
մինը թոյլ ձգէ, մանաւանդ ճիտը (վիզը) : Յետոյ
գլուխը աջի վրայ դարձո՛ւր՝ ո՛րքան որ կարելի է
շատ ծռելով, բայց շարժումն ըլլալու է մեղմով և
կամացուկ : Այս շարժումը քանի մը անգամ ընե-
լով թելադրութիւնդ տու՛ր, ինչպէս արդէն ըսինք
քնէածուծեան համար :

Ենթակայիդ գլուխը տասը՝ տասնըհինգ վայր-
կեան դարձնելէդ յետոյ, շարժումը հետզհետէ
մեղմացու՛ր մինչև որ բոլորովին դադրեցնես : Ապա,
ձախ ձեռքդ արդէն դրած տեղդ թո՛ղ մնայ, իսկ
աջ ձեռքդ դի՛ր ենթակայի սրտին վրայ, և արտա-
շնչած (շունչը դուրս տուած) ատենը ձեռքովդ
սիրտը վար սեղմէ, իսկ ներշնչած (շունչ առած)
ատենը վերցո՛ւր (թուլցուր) ձեռքիդ ճնշումը :
Այս շարժումը շարունակելով հետը խօսէ՛, ըսէ՛
թէ՝ «Դուն շունչդ խորունկ կ'առնես — դուն շուն-
չդ շատ ծանր կ'առնես — շատ . . .» : Այս խօսքերդ
շարունակէ և կրկնէ՛ երեք-չորս վայրկեան, ապա
գինքը (ենթակայիդ միտքը) պատրաստէ ընելիք
թելադրութեանդ : Եթէ ենթական գլուխը դար-
ձնէ, ըսէ՛ որ իր վիզը (ճիտը) թոյլ ձգէ և մտա-
ծէ քնանալու վրայ, մինչ դուն անոր գլուխը կը
շարժես, ինչպէս հրահանգեցինք նախընթաց դա-
հերու մէջ :

»

ԻԳ. ԴԱՍ

ԱՌԱՆՅ ԳՆԴԱԿԻ ՔՆԷԱԾՄԱՆ ԵՐՐՈՐԴ ԿԵՐՊ

Ենթական նստեցո՛ւր հանգիստ աթոռի վրայ,
դուն ալ՝ անոր դէմ նստելով՝ պատուիրէ՛ որ ուղ-
ղակի(ճշդիւ) աչքերուդ մէջ(բիրերուդ) նայի : Ապա,
ձախ ձեռքովդ անոր աջ ձեռքը բռնէ, ու անոր
քթին արմատին նայէ՛, և աջ ձեռքիդ մատները
(ափըդ) բացած անոր երեսին դիմացէն դէպի քեզ
քաշէ ձեռքդ և մատներդ խփէ : Դարձեալ անոր
երեսին ձեռքերդ մօտեցնելով մատներդ բաց-
ձեռք անոր մօտեցնելով մատերդ բանալն ու հե-
ռացնելով դոցելը՝ շարունակէ՛ յաճախ, մինչև որ
անոր աչքերն ալ խփուին :

Յայնժամ, դուն նստած կամ կանգնած՝ երկու
ձեռքերդ բանալով անցո՛ւր (շոյէ) ճակատէն սկըս-
եալ մինչև ծունկերը, բայց ձեռքերդ ենթակային
չի՛ դպչելու շափ հեռի բռնած՝ երկու մատի շափ :
Երբ ծունկերուն կը մօտենաս՝ միայն հոն մատնե-
րուդ ծայրերը կամացուկ մը դպցո՛ւր և մատնե-
րդ դոցէ՛՝ Երբ վեր՝ դէպի ճակատը կը տանիս,
հոն նորէն մատներդ (ափերդ) բաց և նորէն շոյէ :
Այս շոյելը կրկնելով շարունակէ՛ հինգ վայրկեա-
նի շափ :

Եթէ ենթական ներգործուած է՝ այս միջոցին
կ'իյնայ (կ'ըլլայ) խոր քնոյ մէջ : Իսկ եթէ առաջին
անգամ չի յաջողիս քնէածել, երկրորդ և երրորդ
անգամ կրկնէ՛ այս գործողութիւնը : Այս կերպը
յաջողցնելու համար՝ պէտք կ'ըլլայ ոմանց թե-
լադրութիւններ ընել — խօսքեր խօսիլ, բայց ոմանց



(Պատկեր 17)

ԱԶՔԵՐՈՒ ՄԷՁ ՆԱՅԵԼՈՎ ՔՆԷԱՃԵԼ

խօսիլ պէտք չէ : Այսպիսի հանգամանքներն կը վերապահուն վարպետին ճարտարութեանն ու փորձառութեանը :

ԻԴ ԴԱՍ

ԵՆԹԱԿԱՆ ՄԻՍՄԻՐԱՅՆԵԼՈՒ ԿԵՐՊԸ

Ենթական պառկեցու՛ր լաուսճի կամ մահիճի մը վրայ, մարմինը թո՛ղ թուլցնէ և հանգիստ պառկի, թեկերը երկու կողմերն երկնցո՛ւր և պատուիրէ՛ որ աչքերը փակէ և քնանալու վրայ մտածէ : Եւ դուն անթարթ աչօք նայէ՛ ենթակային քթի արմատը, ու երկու ձեռքերովդ չփէ՛ երկու ձեռքիդ տոջի երեքական մատներովդ և ճակտին մէջ տեղէն սկսեալ իջիւր մինչև ծունկերը : Հիփնօթիգ մի (քնէածութեան) համար՝ չփումը կ'ընէինք թեւերուն վրայէն, իսկ միամիրացման համար պէտք է մարմնոյն վրայէն ընել : Այսինքն աջ ձեռքդ ենթակային ձախ կողմին վրայէն դէպի վար չփելու ես, իսկ ձախ ձեռքդ անոր աջ կողմին վրայէն : Եւ երբ մատներդ անոր ծունկերուն կը հասնին՝ պէտք է ձեռքերդ դոցելով՝ ետ տանիս առանց բանալու՝ մինչև որ նորէն սկսիս ճակտին վրայէն ընելիք չփումը : Այս է մազնիտական չփումն (մազնիթիգ փասէս), որ ընելու (կրկնելու) ես տասը տասնըհինգ վայրկեան : Եւ մինչ չփումը կ'ընես՝ պէտք է ենթակայիդ միտքը կեդրոնացնես ընելիք թեւադրութեանդ (խօսքերուդ) վրայ, ըսելով թէ, «Դուն խորունկ պիտի քնանաս, իմ ազդեցութեանը տակ պիտի իյնաս... մարմնոյդ ամէն մկա-

նունքները թուլցեր են» : Բայց միամիտացման մէջ այսպիսի խօսքերը ձայնով տալու չես , այլ մեղմ փափուքով մը , մինչև որ ենթական խոր քնոյ մէջ ընկղմի :

Տառը-տառնըհինգ վայրկեան շփում ընելէ ետք , միևնոյն շփումները և առջի ըսածներդ կրկնէ՛ առանց ենթակային դպչելու , միայն երկու մասնաշափ բարձր՝ ենթակայի երեսին և մարմնոյն վըրայէն : Այս կերպն ուրիշ կերպերէ աւելի ազդեցիկ է : Կան մարդիկ՝ որ աւելի շուտ կը քնանան եթէ շփումները առանց իրենց դպչելու ընեն : Եւ շատ անգամ ձայնով խօսիլը արգելք կ'ըլլայ՝ մահաւանդ ջղային մարդոց : Ուստի , այսպիսիներու չի դպչիլն ու չի խօսիլն լաւագոյն կերպն է :

ԻԵ. ԴԱՍ

ՔՆԷԱՄՈՒԹԵԱՆ ԶԱՆԱԶԱՆ ԿԵՐՊԵՐ

Ենթական հանգիստ նստեցո՛ւր , փողկապը քակած և օձիքն չանած , և դուն ծունկ չոքէ՛՝ ձախ ոտքիդ ծնկան վրայ , այնպէս որ չոքած ծունկդ ըլլայ ուղղակի անոր դիմացը : Ապա , աջ ձեռքովդ բռնէ՛ ենթակային ձախ ձեռքի երրորդ (միջին) մատը , և ձախ ձեռքովդ ալ բռնէ՛ անոր աջ ձեռքերու երրորդ մատը՝ եղունգին ճիշդ արմատէն , և հոն ճնշէ՛ մեղմով առանց ցաւ մը զգացնելու :

Ապա , պատուիրէ՛ որ ուղղակի նայի քու աչքերուդ մէջ (բիբերուդ) , իսկ դուն անոր քթին արմատին (կամարիկին) նայէ՛ , և ըսէ՛ թէ — «Հիմա աչքերուդ կողերը պիտի ծանրանան կամ (թու-



(Պատկեր 18)

ԵՆԹԱԿԱՅԻ ՄԱՏՆԵՐՈՒ ՄԱՅՐԵՐԸ ԲՈՆԵԼ

լանան), և աչքերդ արցունքով պիտի լեցուն, անանկ որ պիտի չի կարենաս բաց պահել աչքերդ, այլ քիչ մը յետոյ զանոնք պիտի փակես և քնանաս» :

Երբ ենթական աչքերը կը գոցէ, յայնժամ քննարներ գնդակդ աջ ձեռքդ առնելով՝ սկսէ՝ անոր ճակատին վրայէն տանիլ մինչև քթին ծայրը, այս գործողութիւնը կրկնելով շարունակէ՝, մինչև որ քնանայ ան : Իսկ ձախ ձեռքդ մի՛ շարժեր, այլ թողո՛ւր միևնոյն վիճակի մէջ, և թեւադրութիւններդ ըրէ՝ ենթակայիդ, ինչպէս հրահանգեցինք նախընթաց դասերով :

Արդէն, ըսի թէ՝ կան զանազան կերպեր քնէածութեան, որոյ համար առաջ կը բերեմ Dr. James R. Cocheին խօսքերը, որ այս երկրի մէջ հիփնոթիզմի ծանօթ փորձարկու և գիտնականի մը տեսութիւններն են : Ան կ'ըսէ թէ, «Ո՛ւէ փայլուն բանով մը կրնաք մէկը քնէածել : զորօրինակ, ենթական թո՛ղ ժամացոյցի մը նայի, կամ արծաթ դրամի մը, կամ գրիչի մը ծայրը, մասանիի մը կամ վճիռ ջրի մէջ» : Մէկը քնէածելու լազդեցիկ կերպ մըն ալ է՝ միտքը կեդրոնացնել տալ քնանալու մտածման վրայ : Երբ մեզմ' դաշնակ մը նուազելու ունկնդրէ, քնանալ ուղղող շուտով պիտի քնանայ, և եթէ առողջ մարդ է՝ խորունկ և անուշ քնով : Այսպէս քնացողները լաւ ենթակայ կ'ըլլան՝ վարպետին թեւադրութեամբը՝ դերեր կատարելու : Ուրիշ կերպ մ'ալ է՝ բաւական պատրաստեալ ենթակային տալ գաւաթ մը ջուր, որ խմէ և ապա հաւատացնել թէ՝ ինք մազնիխացեալ է :

Ուրիշ կերպերու համար կ'ըսէ Dr. Flint, որ հիփնոթիզմի համար ամենաշատ ներկայացում տը-

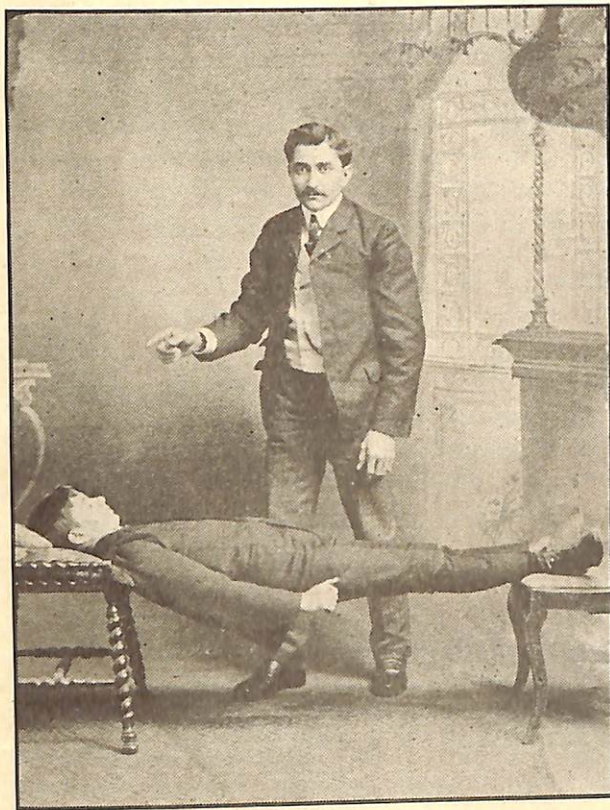
ւող մը եղած է, «Ես կ'սկսիմ բարեկամօրէն բացատրութիւններ տալ հիփնոթիզմի վրայ, թէ ի՛նչպէս գտնուած է և ի՛նչ բաներու կրնայ ծառայել : Այսպէս, մարդոց սրտերը շահելով կը հրաւիրեմ որ հաւատացողներէն ոմանք գան բեմի առջև, ուր կը սկսիմ փորձեր ցուցնել, ազդուողները բեմին վրայ կը պահեմ, իսկ շաղգուողները վար կ'իջեցնեմ : Ետոյ այս դիւրագգածներուն դերեր կատարել կուտամ Եւ ամէն մարդ նոյն կերպով շեմ քնէածեր, կ'ըսէ ան, ինչու որ անոնց մտքերը նոյն վիճակի մէջ չեն ըլլար, ուստի նոյն կերպով չեն ազդուիր : Այսպիսի զանազանութեանց համար պէտք է որ վարպետն ունենայ իր անձնական դատողութիւնը, թէ որո՛ւ ի՛նչ կերպ յարմարագոյն է» :

Ուրիշ կերպեր գրելու պէտք չի կայ, բաւ է ըսել թէ՝ ընդհանրապէս երեք մարդուն մէկը կրնայ առջի փորձին քնէածել ենթակայ մը, միւսները շորս-հինգ անգամ փորձառութեամբ կրնան յաջողիլ : Ենթականերէն ոմանք վայրկենի մը մէջ կ'ազդուին, և այն ալ առաջին փորձի մէջ : Ասանկները քնէածելն շատ դիւրին է, մինչև իսկ վարպետի մը մէկ նայուածքը բաւական կը ներգործէ :

ԻԶ. ԴԱՍ

ԵՆԹԱԿԱՅԻՆ ՄԿԱՆՈՒՆԻԸ ՓԱՏՅՆԵԼ

Երճու հատ տոկուն աթոռներ դրէ՛ք դէմ-առ դէմ և մարդու մը հասակին շափ իրարմէ հեռու, գլխուն կողմը կակուղ բարձիկ մը կը դնես, որ ենթակային վիզը չի նեղուի (շվնասուի) : Ընտրէ՛ մէ-



(Պատկեր 19)

ՓԱՏՅԱԾ ԵՆԹԱԿԱՆ ԵՐԿՈՒ ԱԹՈՌՆԵՐՈՒ ՎՐԱՅ

կը՝ որ զխաես թէ կրնաս լաւ մը ազդեցութեանդ տակն առնել, անոր ըսէ՝ որ կանգնի ոտքերը քով-քովի բերած, և թեւերը կախած ու իր հանդերձէն յորմար տեղերէ բռնած: Պատուիրէ՝ որ բոլոր մկանունքները փայտի պէս ժրցնէ (խտացընէ, ձգէ):

Արդ, կանգնէ՝ ենթակային առջևը և այն քը-նացո՛ւր՝ արդէն տրուած հրահանգներէն մէկուն համեմատ, բայց գլուխը դարձնելով քնացնելն լաւագոյն կերպն է, ինչպէս բացատրուած է ԻԲ. դասի մէջ: Երբ կը խորհիս թէ ենթական բաւական քնացեր է, յայնժամ երկու ձեռքերդ բա՛ց ենթակայի երեսի դիմացը և՛ մինչև ոտքերը չոյէ (փասըրէ): Այս կրկնէ՝ երեք անգամ և այս խօսքերն ըսէ՝, «Բու մարմինդ ժրած է, դուն ալ մարմինդ աւելի փափի պէս ըրէ՝, ժրացո՛ւր, ժրացո՛ւր, ժը-րացուր: Պէտք է դուն երկաթի պէս ժրիս...»:

Այսպէս երեք անգամ երեսին դիմացէն փասընելէդ ետք, անցի՛ր ենթակայի կռնակին կողմը, և երեք անգամ փասըրէ՝ երեսէն մինչև ոտքերը մեղմով: Յետոյ՝ ենթական գլխուն կողմէն բռնէ՛, ուրիշ մըն ալ ոտքերէն, և զգուշութեամբ մը փայտի պէս երկու (նստարաններու) աթոռներուն վրայ դրէ՛ք: Անանկ որ ուսերը աթոռին վրայ գայ վիզը չմնասուելու համար և գլուխն ալ բարձիկի վրայ գայ, իսկ միւս կողմէն աթոռին վրայ կը դընէք կրունկները, խնամ առնելով որ աթոռներն իրարմէ չի հեռանան, որ վտանգաւոր կրնայ ըլլալ:

Այսպէս, ենթական նստարաններու (աթոռներու) վրայ դնելէդ (պառկեցնելէդ) յետոյ, անոր աջ կողմը կանգնած՝ աջ ձեռքովդ անոր ուսերէն սկսեալ մինչև ոտքերը կը շոյես (փաս կ'ընես) երեք

անգամ, և ազդու ձայնով — առջի խօսածէդ աւելի ազդու կերպով կ'ըսես, «Հիմա դուն երկաթի նըման ժրած ես, քու սիրտդ իր սովորական եղանակով կը գործէ, ո'ր և է բան կարող չէ քեզ ժրելու: Դուն քարացած ես»: Այս խօսքերդ տեւելու են տասնհինգ վայրկեան կամ աւելի, մինչև երեսուն վայրկեան կրնաս ենթակայիդ մարմինը փառցածի պէս թողուլ:

Արդ, փորձէ՛ տես թէ՛ ո՛րքան ժրած է ան: Յետոյ ձեռքդ անոր վրայ դնելով վար սեղմէ, եթէ ծռի կամ երեսները կարմրի, այս նշան է թէ պէտք եղածին չափ ժրած չէ, ուստի երկրորդ անգամով աւելի ժրացնելու ես: Բայց, եթէ տեսնես որ ենթական ամուր կեցեր է և դէմքը իր հասարակ գոյնէն չփոխուիր, դուն կրնաս ենթակայի մարմինն վրայ կանգնիլ, և զգուշութեամբ՝ մինչև չորս մարդ ապահովապէս կրնան կանգնիլ:

ԻԷ. ԴԱՍ

ՓԱՏՅԱԾ ԵՆԹԱԿԱՆ ԻՐ ԲՆԱԿԱՆ

ՎԻՃԱԿԻՆ ԴԱՐՁՆԵԼ

Երբ ենթակային վրայ կանգնելէդ վար կ'իջնես, ենթական բռնելով ոտքի կանգնեցնելու էք, և մէկը գիմացը կանգնելու է՝ որ գետին չիյնայ ան: Եւ դուն անոր ետին կանգնելով երկու ձեռքերդ բա՛ց և ոտքերէն մինչև գլուխը (վարէն վեր) փաս կ'ընես երեք անգամ: Ապա, առջևի կողմն ալ անցնելով նոյնպէս փաս կ'ընես երեք անգամ: Եւ այս խօսքերը կը խօսիս, «Հիմա մարմնոյդ մը-

կանուները թուլցեր են, դուն կարող ես Հիմա պարտելու... Դուն Հիմա պիտի կարենաս լաւ քալել»: Յայնժամ բռնէ՛ ենթակային աջ ձեռքէն՝ և առջևէն դէպի քեզ քաշէ մէկ-երկու... քայլ և ըսէ՛, «Հիմա պիտի արթնցնեմ քեզ, դուն լաւ պիտի ըզդաս, և ո'ր է նեղութիւն պիտի չունենաս»:

Յիշէ՛ ամէն անգամ թէ՛ ազդեցիկ փաս ընելու ես վերէն վար, իսկ այն ազդեցիկ փասը՝ վարէն վեր ոտքերէն մինչև գլուխը: Այս փասը կըրնաս ընել նաև քնարեր գունդով: Ես աւելի գունդը կը գործածեմ քան ձեռքերս, և այսպէս ընել կը յանձնարարեմ ուսանողներուս:

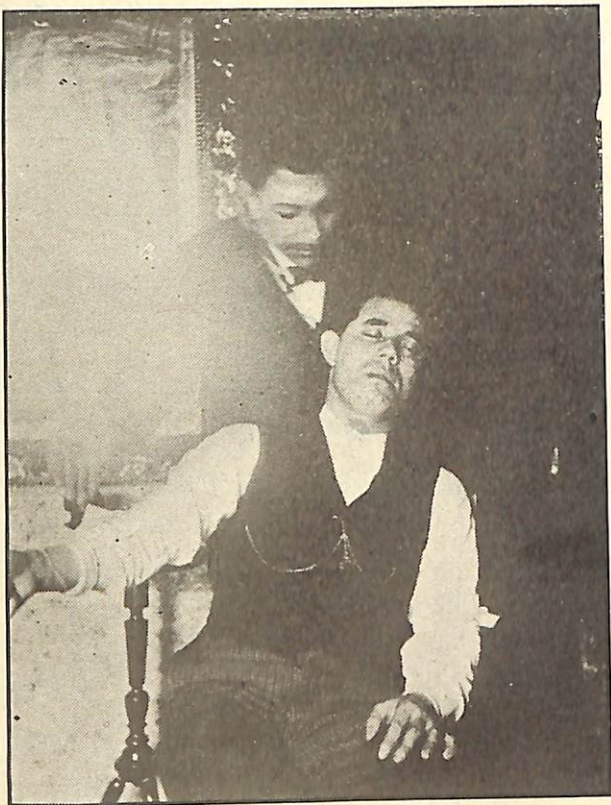
ԻԸ. ԴԱՍ

ԵՆԹԱԿԱՅԻՆ ԹԵԻԷՆ ԱՍԵՂ ՄԽԵԼ

ԱՌԱՆՅ ԶԳԱՅՆԵԼՈՒ

Ենթակադ քնացո՛ւր ո'ր է կերպով որ արդէն հրահանգեցինք, քնէածուրթենէ ետք անոր թեւը բա՛ց, ձախ ձեռքովդ անոր... ձեռքը բռնէ՛, աջ ձեռքովդ ալ անոր ուսէն մինչև ձեռքը հինգ անգամ շոյէ՛ ու մեղմ և որոշ ձայնով մը ըսէ, «Հիմա քու թեւդ թմրած է, թեւիդ արիւնը դադրած է, քու արիւնը չի գործեր այս թեւիդ մէջ: Այս գլխարկի գնդասեղը քու թեւդ պիտի մխեմ, բայց դուն պիտի չզգաս»:

Հիմա, ձախ ձեռքովդ ենթակային բազուկին (դաստակին) և արմունկին մէջ տեղը բռնէ՛, մորթը մեղմ կերպով վեր քաշէ՛ անանկ որ երակները չի փխսուին: Աջ ձեռքովդ ալ գլխարկի գնդասե-



(Պատկեր 20)

ԵՆԹԱԿԱՅԻՆ ԹԵԻԻՆ ԱՍԵՂ ԽՈԹԱԾ

ղը բռնէ՛ և ենթակային թևը մխէ՛ մեղմով։ Այս միջոցին պէտք է որ քու աչքիդ մէջ նայիլ տաս ենթակային, և դուն անոր քթին արմատին նայելու ես, և դրական շեշտով մը ըսելու ես, «Հիմա դուն ցաւ մը չես զգար, անանկ չէ՞»։ Եթէ ենթական ըսէ թէ՛ չի ցաւիր, այն ատեն ապահովապէս ասեղը կրնաս մխել։ Իսկ եթէ «կը ցաւի» ըսէ, յայնժամ աչքերը փակելով դարձեալ խօսէ՛, մինչև որ խորունկ քնոյ մէջ ձգես։ Ապա ասեղը անոր մը խելով ցոյց տո՛ւր ներկաներուն, որ ասես են թէ՛ իրօք ասեղը ենթակային թևը մխեր ես։ Եւ եթէ ներկաներուն մէջ բժիշկ կայ՝ հրաւիրէ՛ ան որ ինքը գայ և քաշէ ասեղը ենթակային թևէն, իսկ եթէ բժիշկի պէս մէկը չի կայ՝ ներկաներէն լուրջ մէկը կը հրաւիրես որ ասեղը քաշէ՛ կամ դուն կը քաշես։

Բայց քաշելէդ առաջ՝ կը նայիս ենթակայի քրթի արմատին և դրական շեշտով մը կ'ըսես թէ, «Հիմա երբ ասեղը քաշեմ թևէդ՝ երբէք արիւն պիտի չելլէ, դուն ալ շատ լաւ պիտի զգաս՝ երբ արթննաս։ Եւ երբ ասեղը կը քաշես, երեք անգամ աջ ձեռքովդ փաս ըրէ՛ (ասեղի տեղէն) հինգ մատնաշափ վերէն սկսեալ մինչև ձեռքը, և մեղմիկ մը փշելով ձեռքերդ իրարու զարկ, սուր ձայն հանելով ըսէ՛, «Արթնցի՛ր, ալ արթնցի՛ր»։

ԻԹ. ԴԱՍ

ԶԱՐԳԱՅՆԵԼ ԱՆՁՆԱԿԱՆ ՄԱԳՆԵՍՈՒԹԻԻՆԸ

Ինչպէս յիշած ենք վերջի հրահանգներուն (դասերու) մէջ, թէ այս արուեստին վարպետութեան

գաղտնիքը մարդը քնացնելուն մէջ չէ, որը բազմա-
գատաբար դիւրին է, այլ վարպետութեան գաղտ-
նիքը թեւադրիչ խօսքերուն և ասոնք ազդու կեր-
պով ըսելուն մէջ է: Գիտենք թէ ամէն ենթա-
կայի ընդունակութիւնը նոյնը չըլլար, այլ նրբին
ղանազանութիւններ կ'ունենան: Ուստի, պէտք է
վարպետն ասոնք լաւ ուսումնասիրէ, որպէսզի են-
թակայի ընդունակութեան համաձայն թօնով ու
եղանակով խօսի, որպէսզի ենթական իր ազդե-
ցութեան տակն առնէ: Այսպէս պիտի կարենաք
ձեր ուղած գերն անոր կատարել տալ:

Ամենօրեայ կեանքի մէջ ալ կը տեսնենք, որ
մէկ մը առեւտրական գործ մը կ'սկսի և չի կըր-
նար յաջողիլ ու կը կորսնցնէ, իսկ ուրիշ մը միև-
նոյն գործը կ'ընէ, թեւեւ նոյն տեղը՝ նոյն պարա-
գանքերու մէջ, և կը յաջողի: Այսպիսի յաջող մար-
դուն՝ ոմանք «բաղդաւոր է» կ'ըսեն, իսկ ոմանք
ալ կ'ըսեն թէ՝ գրամագլուխը շատ ըլլալուն հա-
մար կրցաւ դիմանալ: Բայց, անտեսագիտութիւնը
ուրիշ պատճառներ կը տեսնէ այս մարդուն յաջո-
ցութեան մէջ, որը մենք ալ գիտենք: Այս է մար-
դոց տարբեր ձիրքերը, անյաջող մարդը չի կրնար
յաճախորդներու սիրտը գրաւել, իսկ յաջող մար-
դը կրնայ գրաւել իր համոզիչ խօսքերովն ու քա-
ղաքավարութեամբ: Այս երկրորդ մարդը գիտէ
թէ առևտուրի մէջ յաջողելուն գաղտնիքը պէտք
եղածը գրամագլուխ ունենալը չէ միայն, այլ զայն
շահեցնելն ալ յաճախորդներու սիրտը գրաւել
պէտք է:

Այս կ'ըլլայ անձի մագնիսութեամբ, որ
է՝ մարդոց սիրտը գրաւելու կարողութիւնը կամ
ձիրքը: Այս կարևոր է ամէն գործի յաջողութեան

մէջ: Նոյնպէս ալ, և ալ աւելին, անհրաժեշտ է
մտայառութեան արուեստին մէջ: Այս արհեստ
(սէնսաթ) չէ, այլ արուեստ (մարիֆէթ) է, որուն
մէջ յաջող վարպետ ըլլալու համար՝ պէտք եղած
ները գիտնալը բաւական չէ՝ միայն, այլ պէտք է
վարպետօրէն գրաւել ուրիշներու միտքն ու սիր-
տը, մանաւանդ ենթակային վստահութիւնն ու
համակրութիւնը:

Ասոնք ալ կրնան իրենց արդիւնքը ունենալ՝
անձնական ձիրքերը և մտայառական կարողութիւ-
նը գործածելու խնամօտ վարժութեամբ: Ձանա-
ցէ՛ք ամենուն հետ ըլլալ վստահելի և համակրե-
լի, ուշագրաւ և սրտագրաւ, թէ՛ խօսքով և թէ՛
վարմունքով, մանաւանդ անոնց հետ որ գործ պի-
տի ունենաք: Խիստ և տաժանաբարոյ մարդը այս
արուեստին մէջ չկրնար յաջողիլ, մինչև որ չըլլայ
բարեհամբոյր և ազնուաբարոյ: (Տե՛ս Դաս Զ. Է. ԺԴ)

Այս արուեստի բարոյական մէկ արդիւնքն է՝
վարպետի անձին զարգացումն ու ազնուացումը,
որուն վրայ, սակայն, այսպիսի գործնական հրա-
հանգներու գրքոյկի մը մէջ, ասկից աւելին ըսե-
լու տեղի չկայ: Այս արուեստի ցարդ տրուած հը-
րահանգները առողջական օգուտներու պիտի ծա-
ռայեցնենք գրքոյկիս յաջորդ մասին մէջ (Գ Մաս)

ԱՐՈՒԵՍՏ ՄՏԱՅԱՌՈՒԹԵԱՆ

ՄԱՍՆ ԵՐՐՈՐԴ

ԱՌՈՂՋԱԿԱՆ ԳՈՐԾԱԾՈՒԹԻՒՒՆՆԵՐ

Լ ԴՅԱ

ԶՕՐԱՅՆԵԼ ԱՆՁՆԻՇԽԱՆՈՒԹԻՒՆԸ ԻՐ ԵՒ
ՈՒՐԻՇՆԵՐՈՒ ՎՐԱՅ

Ինչպէս ըսինք նախորդ դասին մէջ, ամէն մարդ ունի անձնական կարողութիւններ, որոնք օրէնքներու համաձայն գործածուելով կրնան աւելի զարգանալ և զօրանալ, ուստի, մտայառութեան վարպետ ըլլալ ուղիւ մը, նախապէս այս արուեստին պէտք եղած ձիրքերը զարգացնել ջանալու է զանազան կանոններով և կերպերով: Ասոնցնէ ոմանք պիտի յիշենք այս և ասոր յաջորդող քանի մը դասերու մէջ: Մէկ մը ինքզինքը լաւ կառավարելու և իր ունեցած կարողութիւններն ու ձիրքերը ուրիշներու վրայ օգտակար կերպով գործածելու համար, առաջին էական բանն է զօրացնել անձնիշխանութիւնը: Ասոր կրնան ծառայել հետեւեալ թելադրութիւնները, թէ՛ իմ անձնական կարողութիւններս աւելի պիտի զօրացնեմ (կամ պիտի զօրանան), պէտք է ազդեցութեանս տակն առնել ամէն մարդ (կամ ամէն մարդու վրայ պիտի ազդեմ): Ասկէ զատ՝ ես պիտի կրնամ իմ միտքս լաւ

— 71 —

կեդրոնացնել ինչ բանի վրայ որ ուզեմ, ես ամէն օր պիտի զարգանամ, ամէն օր պիտի յառաջագրմեմ, ամէն մարդ զիս պիտի սիրէ, իմ յիշողութիւնս զօրացած է, իմ ամէն կարգացածներս պիտի յիշեմ, արուեստիս ամէն գործերը զիւրապիտի կատարեմ:

Այսպիսի խօսքերը և խորհուրդները յաճախ կրկնեցէ՛ք ձեր մտքին մէջ, գոնէ օրը երկու անգամ՝ առտուն և իրիկուն: Երբ առտուն կ'արթընաս, այս խօսքերը կրկնէ՛ և անոնց վրայ խորհիր, իրիկունն ալ անկողին մտնելէդ ետք և քնանալէդ առաջ այս խօսքերը կրկնէ՛ և անոնց վրայ մտածէ՛ ու զանոնք գործադրել ջանա՛յ՝ ամէն պատահութեամբ:

Զորօրինակ, երբ ծանօթի մը կը պատահիս, մանաւանդ երբ մէկը տունդ կամ դրասնեակդ կուգայ, ժպտուն դէմքով բարի է՛, ձեռքը ձեռքիդ մէջ բռնած մեղմով մը սեղմէ՛, ինչպէս սիրտըդ կը բարձիւնէ: Եթէ կրնաս՝ զինքը քաղաքավարութեամբ մը դէպի քեզ քաշէ՛, կամ դուն անոր աւելի մօտեցիր, և նայէ՛ շեշտակի անոր քթի արմատին ու ջանայ որ խօսակցութիւնդ ազդու ընես:

Եթէ տանդ՝ մանաւանդ գրասնեակիդ մէջ էք, հրամցնելով նստեցուր զայն լոյսին դէմ, և դուն ա՛յնպիսի տեղ մը նստէ՛ որ կարենաս անոր դէմքին լաւ նայիլ, խօսակցութեանդ միջոցին անոր քթի արմատին նայէ՛ (յառէ՛), երբ ուրիշ կողմ նայի ան, դուն ալ ուրիշ կողմ նայէ՛ որ աչքերդ յառելէն չի յոգնին: Եւ երբ ան քեզի նայի, դուն ալ անոր դէմքին նայէ՛, աչքերդ յառելով՝ քթի արմատին վրայ, և յարմար առաջարկներ ըրէ՛, վստահելով թէ տատին ինք պիտի յաջողիս:

Թերեւս դիմացինդ (ենթակադ) չնկատեր թէ՛ դուն ո՛ւր կը նայիս, կամ ի՛նչ նպատակով կը յառիս, ան ի՛նչ ալ որ խորհի, դուն անոր քթի արմատին նայէ՛՝ ո՛րքան երկար որ կրնաս: Բայց ուէ պատճառով երբ յառումդ կ'ընդհատես, զգուշացի՛ր որ աչքերդ վար չգարծնես և առջևդ չի նայիս, այլ կողմիդ վրայ նայիս:

Երբ մէկուն հետ կը խօսակցիք՝ շարունակ դուք մի՛ խօսիք, ձեր խօսակցին ալ առիթ և ժամանակ տուէ՛ք որ ինքն ալ խօսի, իր խորհուրդները յայտնէ և ձեզի հարցումներ ընէ: Այսպէս դուք ժամանակ կ'ունենաք խորհելու... և յարմար կերպով պատասխանելու:

ԼԱ. ԴԱՍ

ԱՐԻՒՆԸ ՄԱՔՐԵԼ ԼԱԻ ՇՆՁԱՌՈՒԹԵԱՄԲ

Առաուն երբ անկողնէդ կ'ելլես՝ կանգնէ՛ բաց պատուհանի մը դիմաց կամ դուրսը բաց օդի մէջ, ուր կրնաս մաքուր օդ շնչել: Զեռքերդ դէպի ետեի կողմդ բռնած և կուրծքդ դուրս ցցած՝ դոցէ՛ բերանդ և քթովդ կրցածիդ չափ օդ ներս քաշէ՛ որ թոքերդ աղէկ մը լեցուին, կէս վայրկեանի չափ օդը ներսդ պահէ, և յետոյ մեղմով մը բերնէդ դուրս տու՛ր, ձեռքերդ զնելով կողիդ տակը (փորուդ վրայ), որ ներս սեղմելով թոքերուդ մէջէն օդը կարելի եղածին չափ շատ դուրս տաս (պարպես): Այս ըրէ՛ նախաճաշդ առաջ և հինգ-վեց անգամ, և կէս գաւաթի չափ ալ ջուր խմէ:

Մարդս միջին հաշւով պէտք է օրական երկու

քօրթի չափ ջուր խմէ, եթէ կ'ուզէ մաքուր արիւն ունենալ: Դսեղէն կերակուր քիչ ուտելու է, օրական մէկ անգամ միս ուտելը բաւ է, սովորականէն աւելի միս ուտողներուն ուղեղը կը թանձրանայ, մտադրութեան կարողութիւնը կը տկարանայ: Ուտի, պէտք է քիչ մսեղէն և շատ բուսեղէն ուտել, մանաւանդ՝ այս արուեստին վարպետն ըլլալ ուզողներուն:

Պատմութիւններէ կ'իմացուի թէ՛ դարեր առաջ Արեւելքի մէջ այս արուեստին վարպետները կան եղեր, որոնք բնաւ մսեղէն չէին ուտեր: Բայց հազիւ դար մը կ'ընէ որմտայառութեան արուեստը Արեւմուտք մտեր է, ուր վարպետներն սքանչելի դործեր կ'ընեն: Ասոնք կ'ըսեն թէ՛ օրական մէկ անգամէն աւելի մսեղէն կերակուր ուտելու չէ, և արիւնը մաքուր պահելու է՝ մաքուր օդ ծըծելով միշտ:

Լաւ (լիաթոք) շնչառութեան ուրիշ կերպ մըն ալ յիշենք: Լիաթոք շնչառութեան ատեն՝ բոլոր հագուստներդ՝ մանաւանդ երանիդ շուրջը եղածները լայնկեկ (թուլուչիկ) ըլլալու են: Կանգնէ՛ մաքուր և բաց օդի մէջ, բերանդ փակէ՛ և ձեռքովդ ալ մէկ ունդդ (քթիդ մէկ կողմի ծակը) դոցէ՛, միւս ռնգովդ օդը ներս քաշելով՝ մաքովդ մինչև տասնըհինգի չափ համրէ՛: Յետոյ, բաց մընացած ունդդ ալ փակած՝ մաքովդ մինչև վաթսուսի չափ համրէ՛, այս ընելէ ետք, քթիդ մէկ ծակէն՝ մեղմով դուրս տու՛ր բոլոր շունչդ՝ մինչև երեսուն համրելով: Այսպէս շնչառութիւնդ ըրէ՛ յաջորդաբար՝ հինգ-վեց անգամ, և դոնէ օրական երկու անգամ: Առաջին շաբթուն քիչ մը պիտի նեղուիս, բայց մի՛ վախնար վտանգ չի պատահիր,

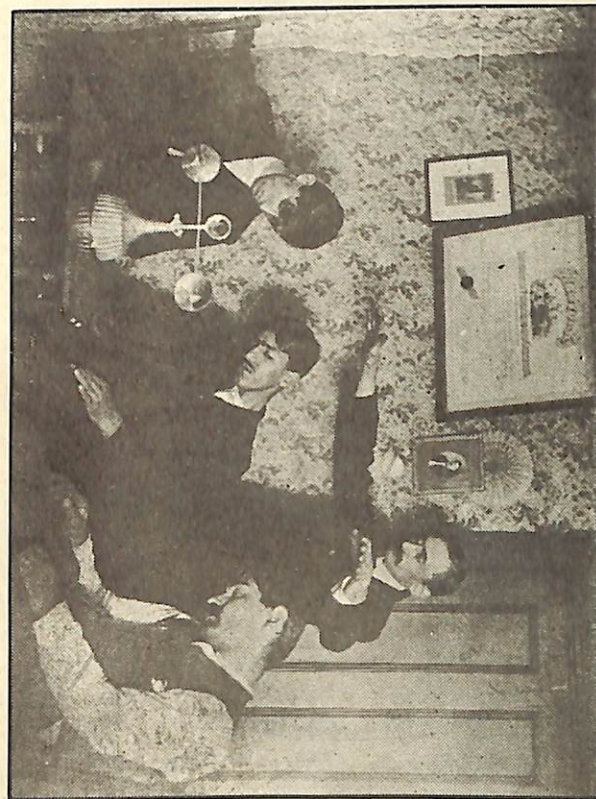
երկու շարաթ ետք կը վարժուին, և եթէ շարունակես շատ օգտակար պիտի գտնես առողջութեանըդ, որ այս արուեստին շատ անհրաժեշտ է :

ԼԲ. ԴԱՍ

ՀԱՆԴԻՍԱԻՈՐ ՅՈՅՅԵՐՈՒ ԿԵՐՊԵՐ

Թատերական կամ հանդիսաւոր ցոյցերու տեսնելու պէտք է ունենաս երկու-երեք տղաք, որոնք կրնան ընտիր ենթականեր ըլլալ քննածութեան, և դուն պիտի կրնաս ուղածիդ պէս գործածել զանոնք, կատարել տալով անոնց դժուար դերեր: Երբ հանդիսաւոր ցոյցին ժամանակը գայ, այդ աղաքը ժողովրդին մէջ նստելու են՝ իբրեւ հանդիսականներ, և դուն թատերարեւմին վրայ ներկայանալով քննածութեան արուեստին վրայ հետաքրքրական տեղեկութիւններ կուտաս :

Յետոյ, կ'ըսես թէ՝ «Բանի մը ցոյցեր ընել կ'ուզեմ բուն իսկ հանդիսականներէն ուղողին վրայ, որպէսզի որոշ գիտնաք թէ՝ քննածութիւնը ձեռնածութիւն մը կամ խարէական երեւոյթ մը չէ, այլ անվնաս և շատ բաներու համար օգտակար արուեստ մը: Բայց, անոնք որ այս ըսածներուս չեն հաւատար, յարմար ենթականեր չեն կրնար ըլլար, և հետեւաբար քննածութեան մէջ մարդու մը չուզած բանը չենք կրնար կատարել տալ անոնց: Բայց, երբ անոնք որ մեր ուզած բաներէն մէկ-երկուքը կատարելու յօժարութիւնը ցոյց կուտան՝ կրնան յարմար ենթականեր ըլլալ: Այս-պիսիներէն ո՛վ որ կ'ուզէ թո՛ղ հաճի թատերարեւմ գայ» :



ՀԱՆԴԻՍԱԻՈՐ ՅՈՅՅԵՐՈՒ ԿԵՐՊԵՐ

(Պատկեր 21)

Թատերաբեմ եկողներէն ընտրեցէ՛ք տասնը-
հինգ կամ քսան յարմար ենթականեր, որոնց մէջ
ըլլալու են արդէն ընտրած տղաքդ: Թատերաբե-
մին վրայ ո՛րքան ընդարձակ տեղ և շատ աթոռ
ունենաս՝ ցոյցերդ ա՛յնքան աւելի զւշագրաւ կ'ըլ-
լան: Ուրեմն, երբ ընտիր ենթականեր կան՝ մինչև
երեսուն մարդ կրնաս թատերաբեմին վրայ պա-
հել: Իսկ անյարմար ենթականներ աւելի փնտրակար
են քան օգտակար, և քաղաքավարութեամբ մը
այսպիսիները թատերաբեմէն վար իջեցնելու ես:

Եւ որպէսզի իրականապէս կամ փորձով գիտ-
նաս ընտիրներն, յարմար դատածներդ մէկ կար-
գի վրայ նստեցո՛ւր և սկսէ՛ կարգաւ կռնակի ու
երեսի վրայ պառկեցնելու պէս փորձեր ընել: Անոնք
որ այսպիսի փորձերու մէջ լաւ կ'աղդուին, ատոնք
ընտիրներն են, լաւ չաղդուողներէն խնդրէ՛ որ
թատերաբեմէն հեռանան, թերևս իրրև հանդի-
սատես՝ աւելի լաւ պիտի օգտուին:

Այսպիսի հանգիստաւոր ցոյցեր ընող վարպե-
տին երկու գործիք պէտք են: Մէկն է՝ քնէած
գունդ, որ ամէն տեղ կատարելիք գործողութեանց
համար պէտք է, ինչպէս տեսանք վերջի հրա-
հանգներու մէջ: Միւս գործիքն է՝ «րիվալվինկ մի-
րըր»ը, որ կ'երևի վերի պատկերին մէջ: Այս գոր-
ծիքով կրնաք տասնըհինգ-քսան մարդիկ մէկ մարդ
մը քնացնելու չափ գիւրուութեամբ քնացնել: Այս
գործիքէն քանի մը վարպետներու շինածները
կան, ես կը յանձնարարեմ գործածել Prof. Sage-ի
«րիվալվինկ միրըր»ը, որ ես ամենալաւ կը հա-
մարեմ: Այս գործիքը լարելով կը դնես սեղանին
վրայ, ուր ամէն մարդ կրնայ տեսնել, կը խնդրես
որ ամէնն ալ գործիքին նային (յառին), և դուն

ենթականերուդ ետեւ կանգնած թելադրիչ խօս-
քերդ կը կրկնես անոնց, ինչպէս որ ըսինք նախըն-
թաց հրահանգներուն մէջ: Շատ շանցած՝ պիտի
տեսնես որ ենթակաները իրենց գլուխնին կը ձը-
գեն մէկ կողմի վրայ և խոր կը քնանան: Ամենուն
դեր կատարել մի՛ տար, այլ անոնց միայն՝ որ հար-
կաւոր են ցուցուելիք դերին համար: Որովհետև,
դեր կայ որ երեք մարդով կը կատարուի, իսկ դեր
ալ կայ որ աւելի մարդով: Թիւի հարցը և ասոր
նմանները փորձառարար ուսանելիք բաներ են:

ԼԳ. ԴԱՍ

«Հիլիսկ-Ֆօն»ի ԳՈՐԾԱԾՈՒԹԻՒՆԸ

Մտայառութեան ուսմունքը արագ յառաջա-
նալով սկսաւ գործածուիլ իբրև առողջարուժական
միջոց, և այն ալ՝ ո՛չ թէ դեղի ու դարմանի մի-
ջոցով, այլ դիւթիչ և հրապուրիչ խօսքերով: Եւ
դարմանի կամ ապաքինումի այս նոր և պարզ կեր-
պը այնքան ընդունելութիւն գտեր է ժողովուր-
դէն, որ Եւրոպիոյ և Ամերիկայի շատ մը քաղաք-
ներու մէջ կան հիփնօթիզմի օֆիսներ, ուր այս
կերպով կ'ըլլան բժշկական շատ մը յաջող փորձեր,
որ կ'անուանուին «մագնիթիւնկ հիլըր», կամ «մօ-
տըրն հիլըր»:

Եւ արդէն վաղուց գիտցուած էր, մանաւանդ
Հօմիօփաթիք բժիշկներէ թէ՛ մարդ ո՛րքան քիչ
դեղ գործածէ ա՛յնքան լաւ է, և եթէ բնաւ չի
գործածէ աւելի լաւ պիտի ըլլայ: Այսպիսիները
կ'ըլլան առողջ և երկարակեաց: Առհասարակ բը-



(Պատկեր 22)

«Հիլինկ-Ֆոն»-ի ԳՈՐԾԱԾՈՒԹԻՒՆԸ

Ժիլիններն ալ գիտեն այս, և երբեմն կը հասկցնեն, բայց իրենց արուեստին և շահուն չփնասելու չափ: Բայց, հիփնոթիզմով բժշկուելու առաւելութիւնը տեսնողներէն ոմանք վարպետ ըլլալու համար, հըրահանգուելով՝ վեց ամիսէն վկայական կ'առնեն և գործի կ'սկսին:

Հասարակ բժիշկներէն շատերը իրենց յաճախորդներուն կ'ըսեն, «Այս դեղը ամենալաւն է ձեր հիւանդութեան համար, ես տարակոյս չունիմ թէ ձեզի շատ օգտակար պիտի ըլլայ այս, եթէ ըսածիս պէս գործածէք»: Այս է ահա հիփնոթիզմի կերպ մը, որ այս արուեստի վարպետները կատարելապէս կը գործածեն, և շատ դիւրաւ պիտի յաջողին՝ եթէ «Հիլինկ-Ֆոն»-ի գործիքն ալ ունենան:

Այս գործիքը, որ կը տեսնուի պատկերին մէջ, ես հնարած եմ 1905, Մարտ 15ին, երեք տարիէ հետէ հրապարակի վրայ է, և սքանչելի արդիւնք ունի: Երբ այս «Հիլինկ-Ֆոն»ը գնես. ենթակայի ականջներուն՝ ձայն բաժնողն ալ ստամոքսին վըրայ՝ ենթական գրտի ձայները երբէք չի լսեր, այլ միայն վարպետին խօսածները, որոնք ճշգիւ ուղեղին կ'ազդեն: Այսպիսով թեւադրութիւնները կ'ըլլան հեշտ և յաջող կերպով: Ուրեմն, այս գործիքը յաջողութեամբ կը քնացնէ փորձի ենթարկըւած տասը մարդոց ինը, որ բժշկական գործողութիւններու համար շատ կարեւոր է:

ԼԳ. ԴԱՍ

«ՄԱԳՆԻԹԻԿ ՀԻԼԻՆԿ» — ՄԱԳՆԻՍԱԿԱՆ ԲՈՒԺՈՒՄ

Հիփնօթիզմի այս ճիւղին մէջ յաջողելու համար, պէտք է որ վարպետը լաւ տեղեկութիւն ունենայ զանազան ախտերու մասին, որպէսզի իրեն դիմող հիւանդին վիճակը ճշգիւ հասկնայ: Ոմանց փնասակար կ'ըլլայ, եթէ հակառակ խօսիս ուրիշ բժիշկներու դեղին և դարմանելու կերպին նկատմամբ: Բաւ է որ վարպետը իր «մագնիթինկ-հիլինկ»ին առաւելութիւններն հասկցնէ:

Հոս մենք պէտք չունինք այսպիսի բաներու վրայ դրելու, այլ զանազան ախտերու վրայ քանի մը դիտելիքներ պիտի յիշեմ: «Մագնիթինկ-հիլինկ»ի վարպետը նախ պէտք է որ իր խօսքովն ու արարքովը լաւ տպաւորութիւն թողու ենթակայի վրայ: Պէտք է վստահացնել ենթական թէ՛ դուն (վարպետը) անթերի վստահութիւն ունիս ախտաւորները այս կերպով բժշկելու մասին: Երբ ենթական իր հիւանդութիւնը կը բացատրէ, վարպետն ալ՝ եթէ ինքզինքը կարող կը զգայ՝ ըսելու է թէ, «Պարո՛ն, ես կրնամ քեզ դարմանել ... միայն պէտք է որ տուած պատուէրներս ճշգրութեամբ կատարես»: Այս խմատով քանի մը խօսք կը բաւէ, կրնաս օրինակներ ալ աւելցնել թէ՛ ճիշդ այս ախտը ունեցողներէն շատեր բժշկած են: Այսպիսի վստահացուցիչ խօսքերով քաջալերէ՛ ենթակադ և գործողութեան սկսէ՛:

Ինչպէս ԻԶ. դասին մէջ ըսինք թէ՛ լաւ և մաքուր օդի շնչառութիւնը օգտակար է մագնիթիք թրիթմընթի մէջ, նոյնպէս օգտակար է նաև ջը-

ղային տկարութիւններու համար: Կան հիւանդութիւններ, որոնց համար տաք օդի շնչառութիւն գործածելու է, կան հիւանդութիւններ ալ՝ որոնց պաղ օդի շնչառութիւն պէտք է: Տաք շնչառութեան համար թաշկինակ մը՝ չունչ տալու և առնելու չափ՝ քանի մը ծալք կ'ընեն: Այս ծալուած թաշկինակը դի՛ր հիւանդի ցաւած մասին վրայ, բերանդ ալ դի՛ր թաշկինակին վրայ՝ այնպէս որ չունչդ կողմերէն դուրս չելլէ, և շրթունքներդ երկու մատի չափ բացուած՝ «Հայ» ըսելու ձևն առնելու է: Արդ, թոքերդ աղէկ մը լեցուր մաքուր օդով և թաշկինակին վրայէն (մէջէն) փչէ՛ (չունչդ տուր) ցաւած տեղին վրայ: Այսպէս թէ ցաւած մասը կը տաքցնես և թէ՛ ենթակայի մըտքին վրայ մեծ ազդեցութիւն մը գործած կ'ըլլաս:

Այս գործողութիւնն ընելու ես հինգ վեց անգամ, ամէն մէկ թրիթմընթ տալուդ: Եւ եթէ ենթակային ցաւած անդամները (մասերը) մէկէն աւելի են՝ իւրաքանչիւրին պէտք է զատ-զատ չունչ տալ: Եւ պաղ չունչ տալու (փչելու) համար՝ պէտք է շրթունքներդ «օ՛» ըսելու ձևն առնեն, և բերանդ դրեթէ գոցուած պէտք է ըլլայ, այնպէս որ յարմար ըլլայ պաղ չունչ փչելու (տալու): Պաղ չունչը թոքիդ մէջէն փչէ՛ ցաւող մասին վրայ, բուն ցաւած տեղէն վեց մատնաչափ վերէն սկըսելով մինչև վեց մատնաչափ վարը: Այս պաղ չունչ փչելը պէտք կ'ըլլայ այրած մասերու վրայ: Ըսենք թէ՛ մէկին մատները այրած են, ձեռքին վրայի կողմէն սկսելով՝ փչէ՛ մինչև մատներուն ծայրը:

ԼԵ՛ ԴԱՍ

ԳԼԽԻ ՅԱՒ ԴԱՐՄԱՆԵԼ

Ենթական նստեցուր աթոռի մը վրայ, և ըսէ՛ որ մարմնին մկանները թոյլ ձգէ և աչքերը փակէ: Եւ դուն անոր ետեւի կողմը կանգնած գլուխը քու մարմնիդ կռթնցնել տուր: Ապա երկու ձեռքերովդ փաս ընել (շոյել) սկսէ՛ մատներուդ ծայրերը ենթակայի ճակտին մէջ տեղին մօտեցնելով՝ անցի՛ր ականջներուն վրայի կողմէն մինչև վիզը: Ապա, ձեռքերդ դուրս նետելու պէս ընելով՝ ափերդ կը գոցես, որ ետ դէպի ճակատը տանիս, ուր ափերդ բանալով դարձեալ կը շարունակես՝ մինչև չորս-հինգ վայրկեան: Յետոյ, աջ ձեռքդ դի՛ր անոր ճակտին վրայ, և ձախ ձեռքդ՝ գլխին ետեւի կողմը, և ամուր մը սեղմէ՛ կէս վայրկեանի չափ, նոյնպէս սեղմէ՛ ճակտին կողմէն կէս վայրկեանի չափ:

Յետոյ, ենթականի ականջները կանգնելով՝ երկու ձեռքերուդ երեքական մատներովդ փաս ըրէ՛ ճակտէն սկսեալ մինչև երեսին օսկորը: Այս փասը կը կրկնես հինգ անգամ. յետոյ, երեք մատներդ դի՛ր ճակտին մէջտեղը, և ենթակային ըսէ՛ որ երկար և լեցուն շունչ առնէ, և արագութեամբ մը դուրս պարպէ: Այս շնչառութիւնը երեք անգամ կրկնել տո՛ւր անոր և շունչը դուրս տալու միջոցին՝ դուն փաս ըրէ՛ առջի անգամ ըրածիդ պէս: Վերջին անգամ ձեռքերդ իրարու զարնելով՝ սուր ձայն հանէ՛ և ըսէ՛ վստահութեամբ մը, թէ՛ «Աչքերդ բաց» և այն վայրկեանին որ աչքերը կը բանայ, մատդ իրեն ցցո՛ւր և վստահաբար ըսէ թէ՛—«Ա՛լ քու գլուխդ



(Պատկեր 23)

ԳԼԽԻ ՅԱՒ ԴԱՐՄԱՆԵԼ

չի ցաւիր, գլուխդ շատ լաւ է, և դուն լաւ կըզգաս, ասանկ չէ՞ մի:

ԼԶ. ԴԱՍ

ԵՐԵՍԻ ՅԱԻ ԴԱՐՄԱՆԵԼ

Ենթական նստեցո՛ւր աթոռի մը վրայ, և ըսէ որ աչքերը փակէ: Դուն կանգնէ՛ ենթակային ետեւի կողմը, և երկու ականջներուն տաք շունչ փչէ՛, ինչպէս հրահանգեցինք Իթ. Դասին մէջ: Յետոյ, երկու ձեռքերովդ՝ երեսին ցաւած մասին վրայէն սկսած՝ շարունակէ՛ շոյելդ (փաս ընելդ) ասոր վայրկեանի չափ: Յետոյ, բռնէ՛ ենթակային գլուխը, ձախ ձեռքդ գլխուն ետեւի կողմը և աջդ ձախտին վրայ դրած, և կէս վայրկեանի չափ սեղմէ. ի՛նչպէս ըսինք գլխի ցաւի համար՝ Լ. Դասին մէջ:

Յետոյ, ենթակային առջի կանգնելով ըսէ՛, «Հիմա երբ աչքերդ բանաս շատ լաւ պիտի զգաս, ամէն ցաւերդ պիտի անհետանան քեզմէ: Եւ ամէն առեն՝ որ ես քեզի թրիթմընթ տամ՝ ամէն կերպով լաւ պիտի զգաս: Արդ, աչքերդ բաց հիմա... դուն շատ լաւ կը զգաս, այդպէս չէ՞ մի»: Թէ՛ երեսի և թէ՛ գլխի ցաւերը դարմանելու համար, պէտք է որ այսպիսի թրիթմընթ տաս, որուն մանրամասնութիւնները փորձառարար պիտի հասկընաս:

ԼԷ. ԴԱՍ

ԱԿՌԱՅԻ ՅԱԻ ԴԱՐՄԱՆԵԼ

Ենթական նստեցո՛ւր աթոռի մը վրայ և ըսէ՛ որ աչքերը փակէ: Յետոյ, շոյէ՛ (փաս ըրէ՛) աջ ձեռքովդ՝ ցաւած ակոյցին քիչ մը վերէն սկսած մինչև քիչ մը վար: Եթէ ցաւածը վարի կողմի ակոյցներէն է շոյումդ (փասդ) վարի ծնօտին վրայ ըրէ՛ և մինչև թուշը շոյէ: Այս փասդ կրկնէ՛ տասը վայրկեանի չափ, ապա ցաւած ակոյցի կողմի ականջէն տաք շունչ մը փչէ: Կրնաս երկու ականջէն ալ փչել՝ եթէ առջևի ականներէն է ցաւածը:

Շունչ փչելը կրկնէ՛ չորս անգամ, և նորէն փաս ըրէ՛ տասն անգամ ցաւած ակոյցին վրայէն անցնելով: Յետոյ, ցաւած ակոյցի կողմի երեսին վրայ դի՛ր ձեռքերդ, և հանդարտ բռնէ կէս վայրկեանի չափ: Յետոյ, ենթակային ըսէ՛ որ լիաթոք (խորունկ և երկար) շունչ առնէ և դուրս տայ՝ որքան արագ որ կրնայ: Այս շնչառութիւնը թո՛ղ կրկնէ չորս անգամ: Վերջին անգամ, ենթակային առջևը կանգնելով ըսէ՛, «Աչքերդ բաց», և բացածին պէս դուն վստահօրէն ըսէ՛ անոր թէ՛ «Ահա ակադ ավ շի ցաւիր»:

ԼԸ. ԴԱՍ

ՅՕԴԱՅԱԻ ԴԱՐՄԱՆԵԼ

Ենթական աթոռի մը վրայ նստեցո՛ւր և աշ քերը փակել տո՛ւր: Դուն ալ նստէ՛ անոր դիմացը, և թո՛ղ ան իր ձեռքերը քու ծունկերուդ վըրայ դնէ, և դուն փաս կ'ընես անոր ցաւած տեղին վրայէն: Այս տեղէն վեց մատնաչափ վերէն սկսած երկու ձեռքերովդ շոյէ (փաս ըրէ): Եթէ ցաւած ոսկորը անոր աջ թևն է՝ ձեռքերը ձախ ծունկիդ վրայ դնել տո՛ւր, իսկ եթէ ձախ թևն է՝ աջ ծունկիդ վրայ դնել տուր:

Այսպէս երկու ձեռքերովդ շոյէ (փաս ըրէ), ձախ ձեռքդ անոր թևին վրայի կողմը և աջ ձեռքդ թևին տակը դնելով՝ փաս կ'ընես մինչև մատներուն ծայրը: Միշտ սկսէ՛ ցաւած ոսկորին (տեղին) հինգ-վեց մատնաչափ վերէն մինչև վար, վարէն վեր բնաւ մի շոյեր: Փասդ (շոյելը) շարունակէ՛ տասը-տասներհինգ վայրկենի շափ, յետոյ տաք շունչ փչէ՛ շորս անգամ (Տե՛ս Իթ. Դաս) ճիշդ այն տեղ՝ ուր ենթական ցաւ կը զգայ, այս գործողութիւնը քանի մը անգամ կրկնէ՛:

Յետոյ, ենթակային ըսէ՛ որ երկար (լիաթոք) շունչ մը առնէ և արագ մը դուրս տայ: Այս շընչառութիւնը երեք անգամ ընելէ ետք, ըսէ անոր թէ, «Երբ աչքերդ բանաս՝ շատ լաւ պիտի զգաս, ամէն անգամ որ ես քեզի թրիթմընթ տամ, մեծ տարբերութիւն մը պիտի զգաս մարմնիդ մէջ, ուր բոլոր ցաւերդ պիտի փարատին»: Վերջին անգամ ըսէ՛, «Աչքերդ բաց», և բացածին պէս ըսէ, «Հիմա դուն շատ լաւ կը զգաս, ասանկ չէ՞ մի»:

ԼԹ. ԴԱՍ

ԱԿԱՆՁԻ ՅԱԻ ԴԱՐՄԱՆԵԼ

Ենթական աթոռի մը վրայ նստեցո՛ւր, թո՛ղ աչքերը փակէ, և դուն շորս անգամ տաք շունչ փչէ՛ երկու ականջներուն մէջ (Տե՛ս Իթ. Դաս): Յետոյ, անոր առջև կանգնած երկու ձեռքերուդ ցուցամատները դի՛ր ենթակային ականջի մէջ, աջ մատդ անոր ձախ ականջին և ձախդ աջ ականջին: Միևնոյն ժամանակ շարժէ՛ մատներդ ականջին մէջ դողալու պէս և կէս վայրկենի շափ: Յետոյ, մատներդ ականջներուն մէջէն դուրս հանէ՛, ուղղադ իր և մինչև վեց մատնաչափ հեռի գլխէն: Այս կրկնէ՛ երեք անգամ:

Ամէն անգամ որ թրիթմընթ կուտաս, պէտք է միտքդ կեդրոնացնես սա կէտին վրայ թէ՛ բոլոր ցաւերը պիտի երթան ենթակայի վրայէն, ինքն այլևս ցաւ պիտի չունենայ, և շատ լաւ պիտի զգայ ան: Ամէն տեսակ ցաւերու երբ թրիթմընթ կուտաս՝ պէտք է այսպէս վստահաբար խորհիս:

Արդ, ենթակային ըսէ՛ որ լիաթոք (երկար) շունչ առնէ, և արագ մը դուրս տայ: Այս կրկնել տուր երեք անգամ և ըսէ՛ թէ՛ «Երբ երեք համբեմ աչքերդ բաց և շատ լաւ պիտի զգաս, ...: Յետոյ, համբէ, և աչքերը բացածին պէս ըսէ թէ՛ «Դուն հիմա շատ լաւ կը զգաս, անանկ չէ՞ մի»:

Խ. ԴԱՍ

ԿՈՆԱԿԻ ՅԱԻ ԴԱՐՄԱՆԵԼ

Եթէ կրնայ՝ ենթական ոտքի վրայ կանգնեցընել տո՛ւր, իսկ եթէ ոչ մահիճի մը վրայ երեսն ի վար պառկեցո՛ւր: Յետոյ, երկու ձեռքերովդ փաս ըրէ՛ (շոյէ) ցաւած տեղէն վեց մատնաչափ վերէն սկսելով, (փասը) շոյելդ շարունակէ՛ տասը վայրկեան, և ետքը տաք շունչ փչէ՛ ցաւած տեղին վրայ չորս անգամ, (Իթ. Դաս): Յետոյ, նորէն փաս ըրէ՛ ձեռքերդ դողացնելով, և նոյն ժամանակ միտքդ կեդրոնացո՛ւր ենթակային վրայ, և դայն վստահացո՛ւր ըսելով թէ՝ «Բու բոլոր ցաւերդ պիտի փարատին, դուն առողջ պիտի զգաս, մարմնիդ մէջ մեծ տարրերութիւն պիտի տեսնես, ամէն նեղութիւններդ պիտի երթան քեզմէ»:

Յետոյ, ըսէ՛ ենթակային որ լիաթոք (երկար և խորունկ) շունչ առնէ և արագ մը դուրս տայ, այս կրկնել տո՛ւր հինգ անգամ, և ըսէ՛ թէ՝ «Նրբերեք համբեմ, դուն աչքերդ պիտի բանաս և շատ լաւ պիտի զգաս»: Եւ համբած ատենդ ենթակային առջևը կանգնէ՛, և աչքերը բացածին պէս՝ մատդ դէպի անոր բռնելով ըսէ՛ հաստատամտութեամբ մը թէ՝ «Դուն հիմա լաւ կը զգաս, անանկ չէ՞ մի»:

Նրիկամունքի և ընդերաց (ճիկէրի) ցաւերն ալ կրնան դարմանուիլ՝ կռնակի ցաւը դարմանելու այս եղանակաւ:

ԽԱ. ԴԱՍ

ՍՏԱՄՈՐՓՍԻ ՀԻՒԱՆԴՈՒԹԻՒՆ ԴԱՐՄԱՆԵԼ

Ենթական պառկեցո՛ւր կռնակին վրայ, և ըսէ՛ որ աչքերը փակէ: Յետոյ, երկու ձեռքերովդ շոյէ՛ (փաս ըրէ՛) ենթակային պորտին վրայէն սկսելով դէպի վար մինչև ծունկերը: Ասիկա կրկնէ՛ տասը տասնըհինգ անգամ, և ետքը չորս անգամ տաք շունչ փչէ՛ ցաւած տեղին վրայ, յետոյ նորէն փաս ըրէ՛ տասն անգամ ևս: Այս բնելէ ետք, ըսէ՛ ենթակային՝ որ լիաթոք (երկայն) շունչ առնէ և արագ մը դուրս տայ: Չորս անգամ կրկնել տուր այս և ըսէ՛, «Հիմա որ դուն աչքերդ բանաս, բոլոր ցաւերդ քեզմէ պիտի անհետանան»: Համբէ՛, «Մէկ-երկու-երեք», և ըսէ՛ «Աչքերդ բաց», և անմիջապէս ըսէ՛ թէ՝ «Հիմա դուն շատ լաւ կը զգաս, անանկ չէ՞ մի»:

Այս նոյն եղանակով կը դարմանուին ստամոքսի ամէն տեսակ հիւանդութիւններ, աղիքներու թուլութիւն (լուծում) և պնդութիւն, ինչպէս նաև իգական սեռի ներքին ախտեր:

ԽԲ. ԴԱՍ

ԲԱՅԱԿԱՅ ԱՆՏԱԽՈՐԻ ՎՐԱՅ ԹՐԻԹՄԸՆԹ ԸՆՆԵԼ

Վարպետին գտնուած տեղէն հեռաւոր վայրերու մէջ եղած ախտաւորի մը թրիթմընթ տալու համար, պէտք է որ վարպետը և ենթական իրենց նշանակուած ժամանակին ունենան՝ օրական մէկ-երկու անգամ: Ըսէ՛ ենթակային որ ճիշդ նշանակ-

ւած ժամանակին առանձնանայ իր սենեակին մէջ, և պատուհանները դոցելով՝ կարելի եղածին չափ սենեակը մթնցնէ: Յետոյ, թո՛ղ պառկի մահճակալի մը կամ քավուշի մը վրայ՝ հանգիստ վիճակի մէջ, և թոյլ ձգէ մարմնին ամէն մկանունքները, եւ թո՛ղ միտքը կեդրոնացնէ խօսքերուդ վրայ, որ դուն գրելով իրեն տուած ըլլալու ես: Ըսէ՛ ա՜նոր որ՝ իրեն գրուած այս խօսքերը կրկնէ այն միջոցին որ թրիթմընթ կուտաս, և որ տեւելու է 15 վայրկեան կամ աւելի՝ արդէն նշանակուած ժամանակի համաձայն:

Թելադրիչ կամ ապաքինիչ (բժշկող) խօսքերը կամ խորհուրդները ասոնք են, -- «Իմ այս բոլոր ցաւերս ինձմէ պիտի երթան, վստահ եմ թէ լաւ պիտի զգամ՝ ամէն անգամ որ ես ինծի թրիթմընթ կուտամ՝ մեծ տարբերութիւն պիտի տեսնեմ մարմնիս մէջ, շատ չանցած՝ ես լաւ պիտի ըլլամ... բոլորովին պիտի առողջանամ»: Այս խօսքերը պէտք է ինքն իրեն մտածէ և մտայառութեամբ մը կրկնէ:

Միևնոյն ժամանակ, դուն ալ (վարպետը) քու միտքդ կեդրոնացնելու ես ենթակային վրայ, լաւ է որ նոյն ապաքինիչ խօսքերը մտքիդ մէջ ենթակային ուղղես թէ՛ «Քու այս բոլոր ցաւերդ քեզմէ պիտի երթան ևն... դուն այս օրէն հետէ պիտի առողջանաս և զօրանաս... դուն լաւ ախորժակ և լաւ քուն պիտի ունենաս»:

Ենթակայի մը բացակայութեան պարագային, ո՛ր և է ախտեր բժշկելու համար տրուելիք թրիթմընթները կ'ըլլան այս եղանակով, միայն թէ՛ ապաքինիչ (բժշկող) խօսքերը կամ մտածումները յարմարելու են դարմանուելիք ախտին:

ԽԳ. ԴԱՍ

ԻՆԲԶԻՆԻ ՔՆԱՅՆԵԼՈՒ ԴԱՐՄԱՆ

Քաջուէ առանձին սենեակ մը, ուր կրնաս հանգարտ ըլլալ, պառկի՛ր կամ նստէ՛ քառչին վրայ՝ հանգիստ դիրքով մը, օձիքի (եախա) պէս մարմինդ սեղմող բաները հանէ՛ և բոլոր հագուստներդ թուլցուր: Պառկի՛ր կռնակիդ վրայ և մարմինիդ բոլոր մկանունքները թոյլ ձգէ՛: Քնարեր գնդակն ա՛ռ աջ ձեռքդ, բռնէ աչքերուդ դէմ և հինգ մատնաչափ հեռի՝ և շեշտակի նայէ մէջի փոքրիկ գնդակին: Հինգ տասը վայրկեան նայելէդ ետք, աչքերուդ կոպերը կը ծանրանան ա՛յնքան, որ դիւրաւ չես կրնար բանալ զանոնք: Իսկոյն աչքերդ փակէ՛ և մտքիդ մէջ աս մտածումը կը կնէ, «Իմ գլուխս երթալով կը ծանրանայ, մարմնիս բոլոր մկանունքները թուլցեր են, ես շատ յոգնած կը զգամ, քունս կուգայ, ա՛լ պիտի քնանամ, և կէս ժամէն [կամ աւելին ըսէ, եթէ կ'ուզես] պիտի արթննամ»:

Եւ իրօք ըսուած ժամանակին պիտի արթըննաս: Այս մտածումը կրկնելու ես՝ մինչև որ իրօք քնանաս: Եթէ առաջին անգամ չի յաջողիս քնանալ, միևնոյն ըրածներդ կրկնէ՛ քանի մը անգամ և առանց յուսահատելու: Այսպէս ինքզինքդ քննացնել պիտի յաջողիս:

ԽԴ. ԴԱՍ

ԻՆՔԶԻՆԻ ԴԱՐՄԱՆԵԼ ՔՆԱՖԵՐ ԳՈՒՆԴՈՎ



(Պատկեր 24)

ԻՆՔԶԻՆԻՔԸ ՔՆԱՖԵՐԵԼՈՒ ԴԱՐՄԱՆ

Պատկեր՝ անկողնի մը կամ քառուչի մը վրայ, ուր կրնաս հանգիստ ըլլալ, մարմնիդ մկանունքները թոյլ ձգէ՝ և միաքիչ կեդրոնացուի միմիայն անձիդ բժշկութեանը վրայ (կամ ինչ որ կը փափաքի ընել կամ ըլլալ)։ Յետոյ քնարեր գնդակը աջ ձեռքդ բռնած և աչքիդ առջևը՝ հինգ մասնաչափ հեռու, հինգ վայրկեան նայէ՝ մէջի փոքրիկ գընդակին, և միանգամայն այս մտածումը ունեցի՝ «իմ ցաւերս պիտի անցնին ինձմէ՝ այսօրու ընէ սկսած՝ պիտի զօրանամ, լաւ ախորժակ պիտի ունենամ, գիշերներն հանգիստ պիտի քնանամ, առտուն երբ արթննամ՝ շատ լաւ պիտի զգամ» ևն.։

Յետոյ, երբ տէք կը բանաս, խսկոյն ելի՝ կանգնէ՝, թեւերդ դէպի ետ բռնած լիաթոք (խորունկ) շունչ մը ա՛ռ, և արագ մը դուրս տո՛ւր։ Այս կրկնէ չորս անգամ, գոնէ օրը երկու անգամ, առտուն անկողինէն ելլելէ ետք և իրիկունը անկողին երթալէ առաջ, այս վերջինը խիստ անհրաժեշտ է։ Քնանալէդ առաջ՝ առողջանալու յուսալից խորհրդածութիւնը ընելու ես մինչև որ քնանաս (Տե՛ս Դաս ԻԶ)։

Այս հրահանգներս միայն կարդալով մի՛ ըսեր թէ՝ — «Ո՛վ գիտէ, կ'ըլլայ թէ ոչ», այլ անձամբ փորձելու ես տրուած հրահանգին համեմատ։ Այսպէս, պիտի տեսնես որ իրօք սքանչելի դարմաններ կրնան ըլլալ մտայառութեամբ, մինչև իսկ միայն փաս ընելով կամ միայն թելադրիչ խօսքերով։ Եւ փորձառարար պիտի գտնես որ՝ քնարեր



(Պատկեր 25)

ԻՆՔԶԻՆՔ ԴԱՐՄԱՆԵԼ ՔՆԱՔԵՐ ԳՈՒՆԴՈՎ

դունդը նոր լոյս մը ձգած է հիփոթիզմի դարձմաններուն վրայ :

ԽԵ. ԴԱՍ

ԳԷՇ ՈՒՆԱԿՈՒԹԻՒՆՆԵՐ ԵՒ ՍՈՎՈՐՈՒԹԻՒՆՆԵՐ ԴԱՐՄԱՆԵԼ

Ա. — ԴԱԴՐԻԼ ԾԽԵԼՈՒ ՍՈՎՈՐՈՒԹԵՆԷ : Ենթական քնացո՛ւր մեր տուած հրահանգներու համաձայն, կամ քու պատշաճ նկատած կերպով : Քըսան-երեսուն վայրկեանի շափ դործողութիւն ընելէդ ետք՝ այս թելադրիչ խօսքերն ըսէ՛, « Հիմա՛ երբ քեզ արթնցնեմ՝ այլևս ծխելու անորոշանք (հեշտանք) պիտի չզգաս, ասկէ ետք՝ բնաւ պիտի չի խորհիս ծխելու մասին և պիտի սկսիս քիչ ծըխել, չի ծխելուդ համար պիտի չնեղուիս, ծուխի հոտը քեզի անանորոշ պիտի ըլլայ : Եւ եթէ ծխես պիտի տկարանաս, ստամոքսիւ հիւանդութիւն պիտի ունենաս... : Դուն պիտի ատես ծխելիքը, և եթէ ուրիշը քեզ ծխելիք մը տայ՝ պիտի մերժես » :

Այս խօսքերը կրկնէ՛ քանի մը անգամ, յետոյ արթնցո՛ւր ենթական և անոր անունը տալով ըսէ, « Պարոն... , աս սիկարան ա՛ն, և ծխելով ըսածնեմ փորձէ՛, բայց ծխած ատենդ կ'ուզեմ որ ուղղակի ինծի նայիս », եւ դուն անոր քթի արմատին նայէ . երբ սիկարէթը (կամ սիկարը) վառէ, դուն աջ ձեռքդ դի՛ր անոր ստամոքսին վրայ, և ըսէ՛, — « Այս սիկարէթը քեզ պիտի հիւանդացնէ, հիմա դուն ստամոքսդ նեղուած կը զգաս, այս վայրկեանիս քեզ պիտի հիւանդացնէ » :

Այս խօսքերը կրկնէ՝ մինչև որ ենթական զգայ ստամոքսին հիւանդանալը, և յետոյ ըսէ՝ — «Պատճառն... հիւանդ ես այդ ախտը պիտի անհետացնեմ քեզմէ, բայց եթէ երկրորդ անգամ սիկարէթ ծըխես՝ այդ ախտը նորէն վրայ պիտի գայ: Յետոյ, մէկ-երկու անգամ երկու ձեռքերովդ փառ բրէ՝ ստամոքսին վրայէն դէպի վար, ու ըսէ՝ թէ՝ «Հիմա դուն ալ հիւանդ չես, քու ստամոքսդ լաւ է, այլևս խանգարում և տկարութիւն չունիս»:

Բ. — Եթէ ենթական նորէն ստամոքսի հիւանդութիւն զգայ առաջին անգամ՝ տուածդ թրիթմընթէն ետքն ալ, վստահ եղի՛ր թէ երկու-երեք թրիթմընթով կրնաս ետ պահել ան ո՛րէ՛զ գէշ ունակութենէ կամ սովորութենէ: Իսկ եթէ առաջին անգամ՝ չզգայ՝ այն ատեն աւելի ժամանակ տալ պէտք է. թրիթմընթը՝ օրական մէկ անգամ՝ տեւելու է գոնէ ամիսի մը չափ: Բայց ամիսէն աւելի թրիթմընթի պէտք չկայ, որովհետեւ չկայ սովորութիւն մը և ունակութիւն մը որ մէկ ամիսէն չի դարմանուին:

Գ. — Ուրիշ ՄՈԼՈՒԹԻՒՆՆԵՐ: Ամէն տեսակ գէշ սովորութիւններ (մոլութիւններ) այս հրահանգիս համեմատ կրնան դարմանուիլ: Այս մոլութիւններէն (ունակութիւն) ոմանք են՝ նարկիլէ քաշել, ծխախոտ ծամել, մատը բերանը տանիլ, եղունգները ծամել, գիշերները քնոյ մէջ խօսիլ, քնոյ մէջ վախնալ, քնաչըծիկ ըլլալ, չափազանց ամօշկոտ (քաշուող) ըլլալ, սիրահարութիւն ունենալ, և ասոնց նման ուրիշ շատ մը բաներ:

Ասոնցմով տառապող ենթական կը քնացնես, թէև առանց քնէածութեան ալ կրնայ ըլլալ: Ինք-

նախտահութեամբ մը տալու ես թեւադրիչ (դարմանիչ) խօսքերդ, որոնք ըլլալու են ախտին (գէշ ունակութեան) և ախտաւորին յարմարութեամբ, թրիթմընթ տո՛ւր օրական մէկ անգամ: Այսպէս, շատերը իրենց գէշ սովորութիւններէն (ունակութիւն) ազատիլ պիտի յաջողին, պայմանով որ վըստահ և համոզուած ըլլաս քու արհեստիդ մասին:

ԽԶ. ԴԱՍ

ՆԵՐՔԻՆ ՏԵՍՈՒԹԻՒՆ ԵՒ ԶԱՐԳԱՅՈՒՄ

Ենթական քնացո՛ւր և հիւանդը ասոր ձախ կողմը նստեցո՛ւր, այնպէս որ կարող ըլլայ ան իր աջ ձեռքովը բռնել ենթակային ձախ ձեռքը: Դուն ալ ենթակային աջ կողմը կանգնելով՝ նայէ՛ք թիարմատին (կամարիկին), կամ ձակատին, ուր միտքդ կեդրոնացուցած ըլլալու ես բոլոր զօրութեամբդ, այն բանին վրայ՝ որ կ'ուզես ենթակային ընել տալ:

Արդ, ենթակային անունը տալով ըսէ՛, «Պրն. Յակոբ, գիտես որ հիմա աչքերդ գոց՝ ա՛յնքան լաւ և որոշ կը տեսնես, ո՛րքան որ աչքերդ բաց ատենը և թերևս աւելի մաքուր: Ուստի, կ'ուզեմ որ նայելով հասկնաս (կամ զգաս) թէ՛ ի՛նչ է ասոր... հիւանդութիւնը, և ճշդիւ ըսես ինծի»: Այս թեւադրութիւնդ և հարցումդ երեք-չորս անգամ կրկնէ՛, և առանց աճապարելու ժամանակ տո՛ւր որ ենթական խօսի և ուզածն ըսէ: Հինգ վայրկեանի չափ սպասէ՛, եթէ պատասխան չառնես թեւադրութիւնդ կրկնէ՛:

Եթէ ենթական այնքան դիւրազգաց ըլլայ, որ առաջին պատեհութեամբ զգայ հիւանդին ցաւը, կամ տեսնելով ըսէ անոր հիւանդութեան տեսակը, բաւական ճշդութեամբ հարցմանդ պիտի պատասխանէ ան: Բայց, քիչեր կան որ առաջին պատեհութեամբ կրնան զգալ կամ տեսնել և քեզի ըսել: Այսպիսի ներքին տեսութիւններ ամէն մըտքեր՝ զարգացեալ վիճակի մէջ՝ քիչ թէ չատ կ'ուենան, միայն թէ արուեստօրէն պէտք է զարգացընել անոնք:

Առ դիւրազգեցիկ մէկը, քնացո՛ւր և յետոյ՝ տո՛ւր անոր թելադրութիւնը, «Պր'ն ... դուն հիմա աչքդ գոց պիտի տեսնես այս բանը այնքան պարզ և որոշ՝ որքան և աւելի՝ աչքդ բաց նայելով»: Քանի մը անգամ կրկնէ՝ հետզհետէ աւելի հաստատ շեշտերով, յետոյ հրամայէ՝ անոր որ ըսէ ինչ որ կը զգայ կամ կը տեսնէ: Առաջին փորձերու ատեն հարցումներդ ըլլալու են՝ քու և անոր խելքին մօտ բաներ, ո՛չ շատ հեռաւոր, որպէսզի գիտնաս թէ՝ ըսածները ճշդութիւն են թէ ո՛չ: Յետոյ, հետզհետէ հեռաւոր տեղեր կամ բաներ հրամայէ՝ անոր որ տեսնելով քեզ ըսէ: Եթէ այս փորձարկութիւնը օրն անգամ մը ընես՝ երկու շաբթուայ մէջ կրնաս ենթակայի ներքին տեսութիւնը զարգացնել: Այսպէս, զարգացեալ ենթակայ մը կրնայ տեսնել և քեզի ըսել հազարաւոր մղոն հեռու բաներ, և այն ալ գործնականօրէն բաւական ճշդութեամբ: Քու ընելիքդ պիտի ըլլայ, (ա) ենթական քնէածել, (բ) գիտնալիք բաներդ հարցընել կամ թելադրել: Ալ մնացած բաները զարգացեալ ենթական ինքնիրեն պիտի ընէ:

ԱՐՈՒԵՍՏ ՄՏԱՅԱՌՈՒԹԵԱՆ

ՄԱՍՆ ԶՈՐՐՈՐԴ

ԾԱՆՕԹՈՒԹԻՒՆՆԵՐ ԵՒ ՅԱԻԵԼՈՒԱԾՆԵՐ

Խէ. ԴԱՍ

ՔՆԱԲԵՐ ԳՈՒՆԴ ԵՒ ՈՒՇԱԳՐԱԻ ԳՆԴԱԿ

Այս երկու գործիքները միացուած են կոթով մը, մէկ ծայրն է քնէած գունդը, իսկ միւս ծայրը ուշագրաւ գնդակը. մէկը մեծկակ, միւսը փոքրիկ: Երկուքն ալ ինչպէս յիշած ենք հրահանգներուն մէջ, կարեւոր են քնէածութեան և մտայառութեան գործողութեանց մէջ: Այս մեր հնարած գործիքը փոքրիկ բան մըն է, որ ամէն մարդ կըրնայ պահել իր գրպանին մէջ, և պատեհ առթիւ գործածել զայն: Այս իր նմաններէն՝ կազմով փոքրիկ է, բայց աւելի ազդեցիկ: Գինն է մէկ տալեր Ամերիկայի մէջ: Ամերիկայէն դուրս երկիրներու համար մէկ ու կէս տալեր: Ուզողները թո՛ղ դիմեն հնարիչին՝ Յովնան Ա. Համբարձումեան:

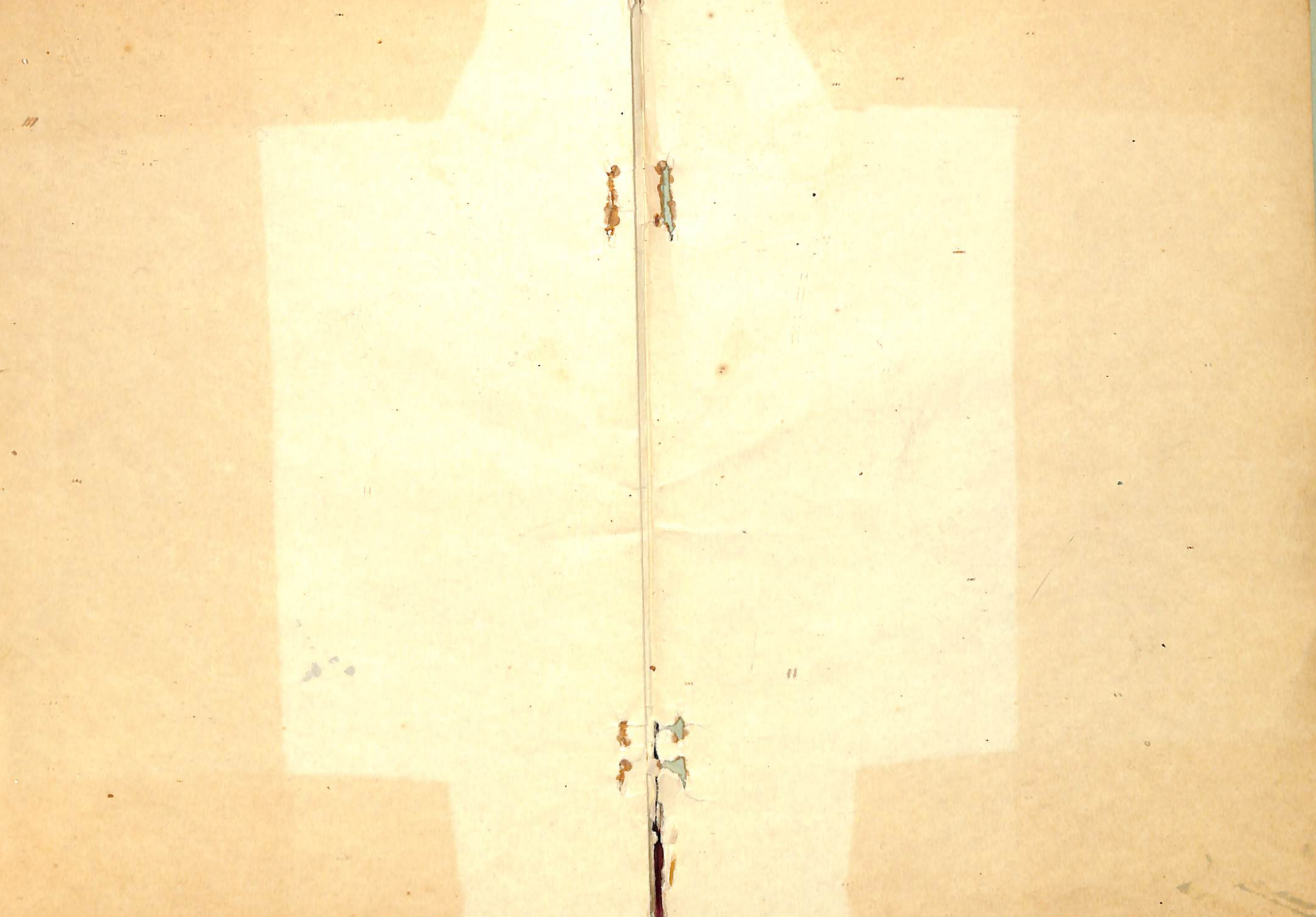
ՔԱՆՔԱՍ. ՄԱՅՍՍՈՒԼԻ ԴԱՐՄԱՆԸ

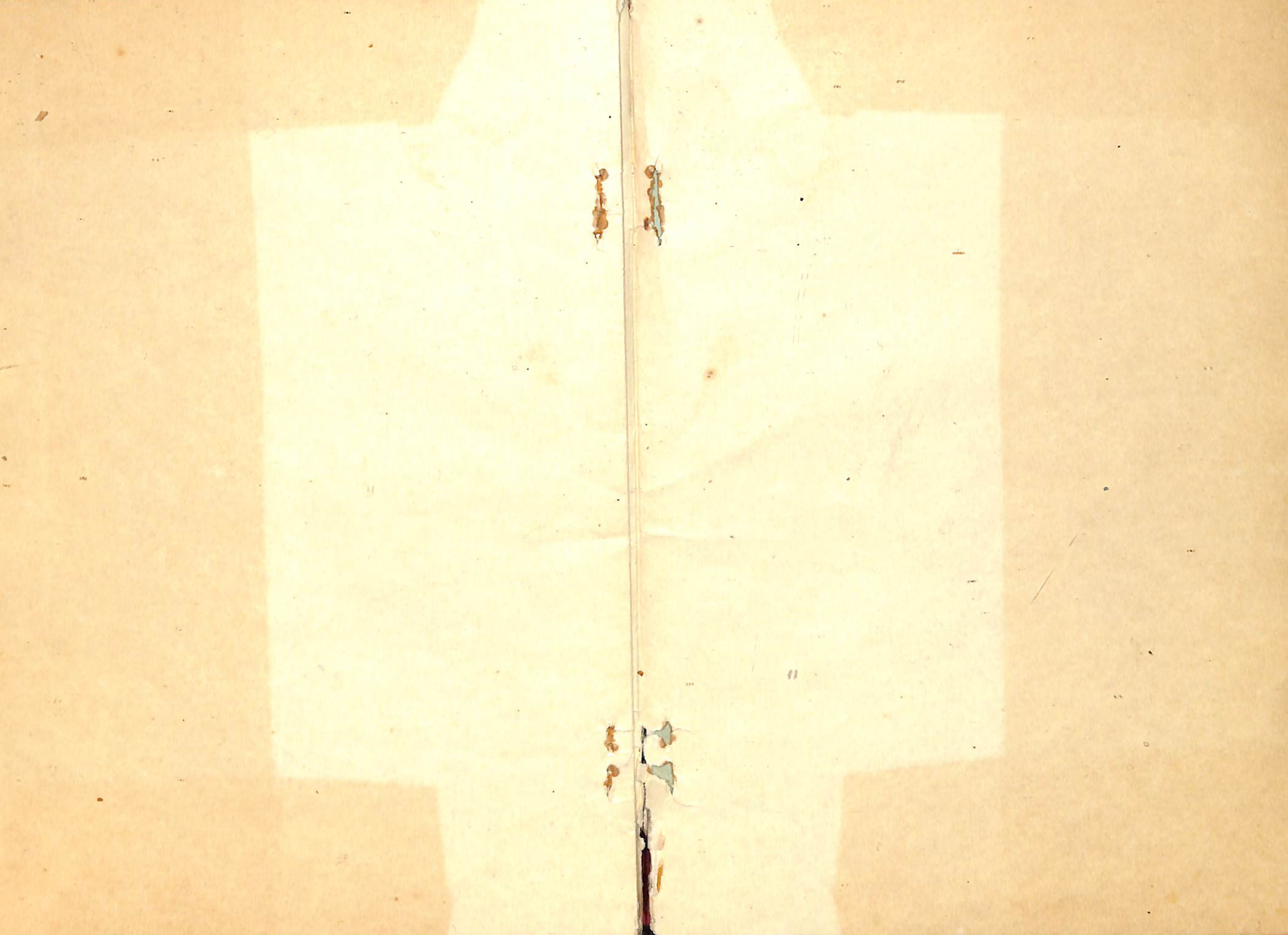
Մայասուլը չատ սղակալի ախտ մըն է, բայց, չատ դիւրութեամբ կրնայ դարմանուիլ ան, երբ սկիզբէն մասնաւոր հոգ տանիս: Գործողութեամբ կտրելը վտանգաւոր է: Միայն մէկ միջոց կայ, ամենաապահովը և իսկական դարմանը, այն ալ Քանքասը, մայասուլի դարմանն է, գինն է՝ 50 սէնթ, տարբերութիւն չընէր թէ՛ ո՛րչափ ատեն այդ ախտը վրադ ունեցած ես, կամ թէ որ տեսակէն է այդ:

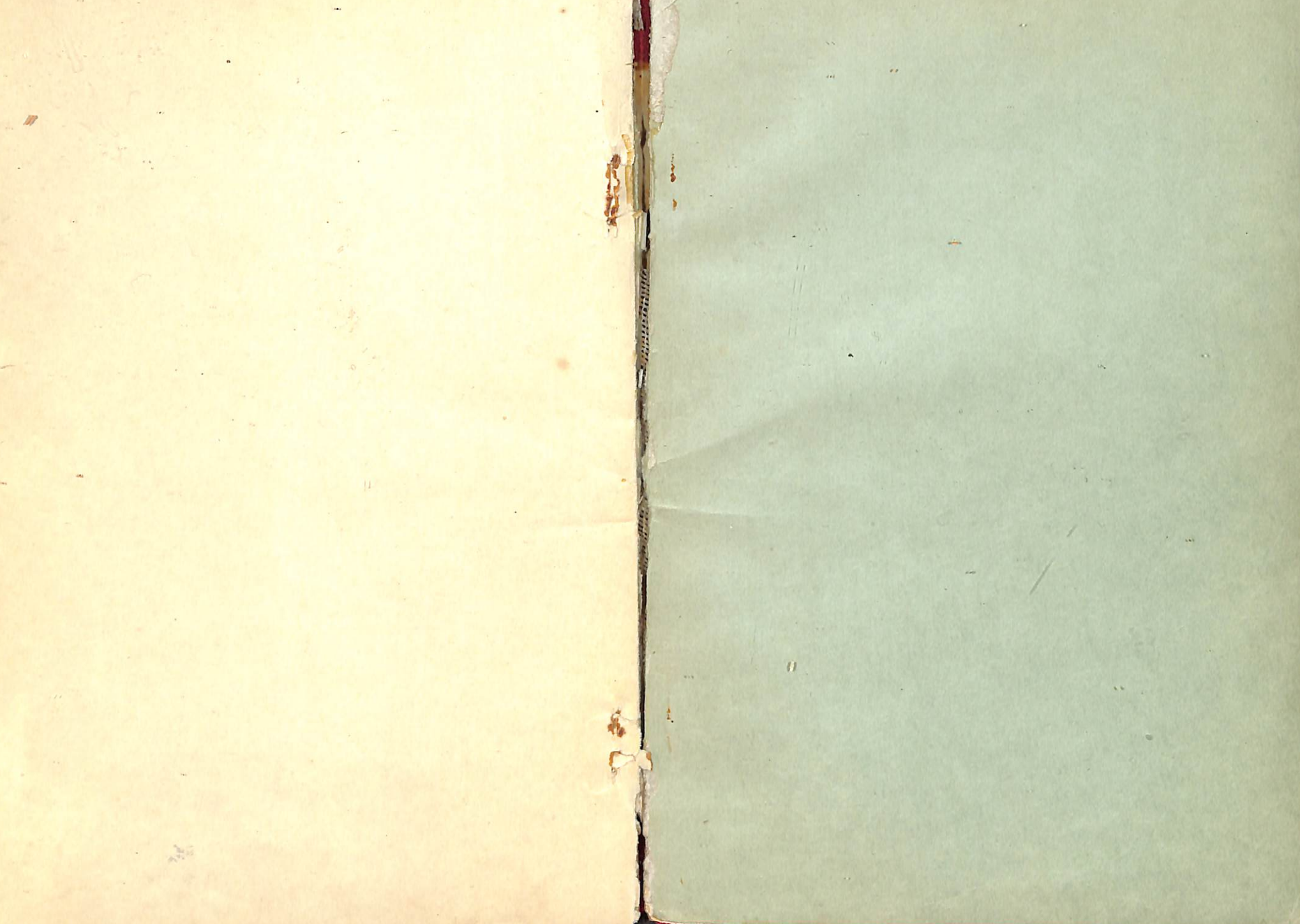
Դեղս գործածելու համար զրադումէդ ետ մընալու պէտք չկայ, և ո՛չ ալ աւելորդ ծախքեր ընելու: Գոհացում ստանալնիդ կ'երաշխաւորեմ: Նամակադրողմով ներփակուած նամակներուն կը պատասխանուին միայն:

Prof. H. A. Hampoian









ԳԻՆ 5 ՏԱԼԵՐ
ՍՏԱՆԱԼՈՒ ՀԱՄԱՐ ԴԻՄԵԼ՝

Prof. H. A. HAMPOIAN
89 Hollingswarth St. Lynn, Mass.

ՀՀ Ազգային գրադարան



NL0152970

