

175.8  
125



3 0539 5966 8

黃  
楓  
編  
輯

世  
界  
催  
眠  
術  
大  
全

上海國光書店印行

## 例言

- 一 本書以白話文爲體裁，務使理解明白，讀者易於領悟。
- 二 本書由催眠術的原理說起，直至催眠的技術及一切有關常識，無不詳盡按次說明。
- 三 關於催眠的原始，在本書首章中有詳盡引證。
- 四 本書錄載世界各國大催眠家的派別，及其他種種催眠方法，並盡情容納奇特催眠術，以爲學習者的參證。
- 五 本書重要取材於「催眠萬能學說」、「催眠與醫學」（日文本）及「催眠萬能全書」、「催眠術全書」及大半取於嶺南蕭靈君先生之催眠講義。今特在此聲明，并向蕭靈君先生誌謝。
- 六 本書編者才學有限，尙冀海內君子，不吝指正。

# 世界催眠術大全目次

一 催眠術的原始.....	一
二 什麼是催眠術.....	三
三 催眠術易學麼.....	五
四 被術人與施術者必具的條件.....	七
五 被術人如何扶助施術進行.....	一四
六 催眠感性的鑑別法.....	一五
1 由觸覺的鑑別法.....	一五
2 質問觀察的鑑別法.....	一七
3 施術後的鑑別法.....	一八
七 如何提高受術者的感性.....	一九
八 催眠時雙方的腦中樞底活動.....	二〇
九 受術者的感應狀況.....	二二
一〇 心靈感應的新發現.....	二五
一一 受術者的血液狀況.....	二七
一二 可否隨時施行催眠.....	二九

一三	催眠時雙方必須意思聯合	三〇
一四	人格變化	三二
一五	應注意演術時的言語暗示	三六
一六	影響狀態與治療疾病的情況	三八
一七	催眠狀態辨別法	三九
一八	暗示感應辨別法	四三
1	審察感受性程度	四四
2	預備適當暗示語	四五
一九	辨別他人心理法	四六
1	反抗心	四七
2	好奇心	四七
3	研究心與批評心	四八
4	感奮心	四八
5	恐怖心	四八
6	過分熱心	四九
二〇	辨別他人生理法	四九
1	生理的辨別	五〇

2	氣質的辨別	五一
二一	判定催眠深淺法	五一
1	面容的判定	五三
2	眼部的判定	五三
3	口部的判定	五四
4	鼻息的判定	五四
5	脈搏的判定	五五
二二	進入催眠狀態的次序	五五
	第一期 淺睡狀態	五五
	第二期 深睡狀態	五五
	第三期 強直狀態	五六
	第四期 眠遊狀態	五六
二三	施術前必具的規約	五七
二四	施術者事前的態度	五八
二五	如何使人陷入催眠	五九
1	按摩催眠法	五九
2	視瞳催眠法	六一

3	電鏡催眠法	六二
4	視指催眠法	六四
二六	特別催眠法	七五
1	瞬間催眠法	七五
2	懷疑者催眠法	七六
3	遠隔催眠法	七七
4	人不知催眠法	七八
5	雜念者催眠法	七九
6	多數催眠法	八〇
7	強迫催眠法	八一
8	自己催眠法	八一
9	幻覺催眠法	八二
10	顛狂人催眠法	八四
二七	施術以後的按摩方法	八五
二八	暗示的方法與醒覺	八七
二九	世界催眠派別略說	八八
1	美士美路派催眠術	八八

2	布力特派催眠術.....	八九
3	卑路艾羅派催眠術.....	九〇
4	路衣司派催眠術.....	九〇
5	寶林呵路派催眠術.....	九一
6	烏亦太司拖利派催眠術.....	九一
7	力起愛拖派催眠術.....	九一
8	富亞利亞派催眠術.....	九二
9	亦司多羅派催眠術.....	九二
10	卑路海炎派催眠術.....	九三
11	李播派催眠術.....	九三
12	天勝娘氏的催眠術.....	九四
13	金文弼氏催眠術.....	九五
14	熊代年太郎派催眠術.....	九五
三〇	催眠術在今日的中國.....	九六
附錄	中國古代仙家催眠法的研究.....	九七

# 世界催眠術大全

## 一 催眠術的原始

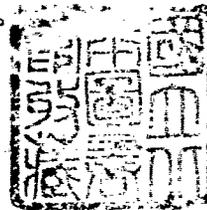
研究一件事物，必先明瞭他的根源以及發展的經過，才可以避免糊塗隔閡的弊病。所以研究催眠術，當要明白追尋催眠的原始。

查催眠術最初的發生，係在埃及與中國印度等地；但將它溶合於科學與生理的原理中，却是在歐洲。西歷一千七百六十六年時，德意志有麥司麥爾氏一人，是研究占星術負有佳譽的，當時泰西人士深好占星，麥司麥爾氏深得其中三昧，更加以精深的研究，於是便由占星術中脫胎而成一種動物磁氣術。

所謂動物磁氣術的，係施術者凝集自己的心力，能把自己體內的磁氣，感通被術者體內的瓦司體，而誘起感應的動作，得到暗示其服從的效果。

麥司麥爾氏將此術演出，德人感驚為神術；其後，他又利用此感應作用，為人治療內外疑難病症，人更奉他若神明。

動物磁氣術發明後，經信仰與學習的人聚議，謂須紀念發明人的功蹟，認為以發明人的名為術



名，至爲妥善，所以不久遂改爲「麥司麥爾擦拇。」這就是早期催眠術的誕生了。

至於早期催眠術的在中國，其產生年代亦已不可稽考，古時稱爲地仙、天仙，或茅山等人，大概就是在利用着動物磁氣術相似的技能。據列子上的記載，在周穆王時代，已經有西極的國化人來漢土，能投身入水火，貫穿金石，移動城邑，轉反山川，變萬物的形態，換他人的憂慮，莫非這也是催眠術的濫觴麼？

在以前的希臘、羅馬、猶太、波斯、埃及、印度等國，有用祈禱降神代人治療疾病的人，都認它是神祇，奉爲秘法，不肯輕易教人，以致不知者皆莫名其妙。其實這種神話魔術的傳說，或者就是催眠術的胚胎了。

後來，科學逐漸倡明，民智日開，德國動物磁氣術發明以後，由麥司麥爾的弟子拉仿敦氏作擴大傳揚，到英吉利設立主降神術會，極力廣播流傳，引起英國一般科學界與醫師的研究。

到了一八五三年，麥司麥爾擦拇術，已流行至法蘭西，雖然遭受到法國哲學兼神學大家阿茲卑夫阿爾雅氏的駁斥，麥氏的磁氣術一度受到打擊，但是，精神學家根據麥術而創的催眠術，有如雨後春筍。蓬勃茂盛，由德而英，而法，而瑞士，再傳入遠東的日本。各國均有愛好精神研究的科學家，不厭求詳，致力探研，其中尤以法蘭西人士的研究最爲熱烈，後來且分爲南西兩派，各有心得，各創門徑，諸說紛紛，莫衷一是，而催眠術的價值，由是亦漸漸增高了。

由動物磁氣術更名爲麥斯麥爾擦拇後，又如何改稱爲催眠呢？這當然是由於該術的演出情態而定，麥斯麥爾擦拇全是精神感應作用，術人集中精神屈服受術者的心理與意旨，受術人在感應術人精神的期間中，外表與神經的作用完全似係睡眠狀態，而麥斯麥爾擦拇或動物磁氣術之名稱，均不易表現事實，故精神學的研究者，爲欲使名稱與事實有進一步的關聯時，催眠術三字於是便產生出來。

華文催眠術三字，係逐譯而成的，按英語稱催眠學爲 Hypnotism，是由希臘語 *Mnvo* 的轉音，語意的解釋，便是含有睡眠的意義。後來該術流傳到日本，驚起東島人士互相學習，再由日人譯成漢文催眠術三字。

催眠術三字在遠東產生後，旋曾一度引起學者的反對，許多人以為僅以催眠術爲名，一般人聽了，易於誤解是一種催眠人睡眠的技術，或則認爲療治失眠的方法，因而致使該術本來的偉大功效消失，殊爲不合。但是催眠術三字，已經流傳習慣，一時要改爲其他命名，實不容易，且因譯意音義，均有限制，另覓他名，頗非易事，於是催眠術三字，就成爲歷年定論了。

## 二 什麼是催眠術

許多人不明催眠原理的，就把催眠當作神祕的怪事，然而亦有一部份是給催眠學家所鼓吹而

成。我記得曾在某報的廣告上，看到一張催眠書籍的廣告，他把催眠術吹得無所不能。用很注目的字刊着：「催眠術能治療萬病，能移山倒海」等等言之過甚的詞句，不懂催眠的人，他看到了這種字樣，安得心裏不懷着催眠是神妖的魔法呢！雖然，催眠術是可以用來治病的，但所治者僅精神上的小病而已，現在竟吹說「能治萬病」更加以「移山倒海」的嚇人詞句。要想把催眠普及，並令一般人把它視作普通科學之一，又怎樣可以呢！

催眠術既不是神術，又不是妖術，究竟它是什麼？在這裏我可以告訴你；催眠術就是一種心理與人體內電子的作用的表现；受催眠的人就是給人以心理屈伏的，施用催眠的人就是用軟騙法去制伏人家心理反抗的。

若是用簡單的回答：催眠術就是人類的靈感作用。

許多人以為靈感是祇能管領自己的肉體，而不能施諸於別人的，他們僅是靠了人類的肉體動感而論，還沒有看到精神上的作用。什麼是精神上的靈感作用呢。茲舉例於下，以作引證：

戲劇中表演悲慘的情節時，演劇的人，若存了要使觀眾受感動的，他就應該聚精會神地表演，整個精神都集中在觀眾的感覺上，不存了絲毫的假飾心理，其結果必能成績圓滿，博得觀眾相當的淚。他這種表演迫真的收獲，全恃了自己的精神感動力，故所以雖是一般觀眾的複雜情緒中，他也能利用了精神去握着觀眾的心理，終至使自己所懷着的希望——使觀眾流淚——達到目的為止。

由演戲者集聚精神在悲哀上，再利用了表情做騙取觀眾眼淚的工具，這就顯然是人類精神上的靈感作用。反之，演戲的人精神散漫，無心於表演，更沒有存心去使觀眾受感動，當然他的演出，只是一種平凡的動作而已，有什麼力量去握着觀眾的情緒呢！

總之，人們的靈感是一種虛渺無賂的東西，他的發出好像電力一樣的，而感受的人也像觸電一樣。

催眠術就是全借了靈感作用，去制伏被催者的心理，同時用本身的電子去控制對方的動作與思想，使之陷入半睡眠的狀態中，以便如意指揮着他去依着自己的意旨，並用威嚴的精神控制着他，使沒有反抗的力量，這就是催眠作用的情形略說。

### 三 催眠術易學麼

催眠術本來不是一件須要長久修養與練習的工作，並且人們在普通的事情上，已經有些是天然地含了催眠的作用，例如母親哄小孩睡覺，她抱了小孩在懷中，嘴裏哼着一些沉弱的歌聲，小孩的神經被歌聲所感動，就償了母親的所願了。母親可以哄小孩睡覺，就因了母親有自信的決心，小孩在天真爛漫的半知時代，當然沒有所謂反抗的事情，而這種哄騙的形式，擴大來說正是和催眠術中的暗示一樣。

又有一普通常見的事情，足以證明催眠術在一個時間是人們天然固有的技術，我們利用說謊話去測驗他，假使要使人信一件偽造的事，祇要說謊者言之鑿鑿，聽的人無不以爲真的，故處身在社會中，時常會遭到人的欺騙，甚至有時自己也可以去欺騙人。這種欺騙中的成績，就是因了說謊者認真從事，聽謊者又肯決心信仰；一方是靈感的伸張，一方是心理的屈伏的緣故。

又如酸的滋味，我們已經確認了它能使牙齒軟化的，會使唾液液射的，故一有人談到酸的東西，如梅子等，聽到的人是必垂涎突增，宛如真的吃到梅子一樣；甚至連談起的人也滿口生津；自己也受了暗示的支配。三國時代的曹操，他就能利用了心理學去假借梅樹林來哄他的口乾舌燥筋骨疲勞的軍士翻山過嶺，雖然曹操所行的不是催眠術，然而無數的軍士卻給他的暗示所買弄，這不能說是曹操的靈感克服了他們的心理了。

或會有人問：人們是真有靈感的麼？這是更容易證實的事情，我們素知道原始人們的頭腦是怎樣的簡單的，但是他們也能利用石片木棒去克伏野獸，也能架木成巢以避不測。直至今日，有巢氏的木巢已化爲高堂厚壁；燧人氏鑽木取火已成了五鼎八簋。這不是由人類的性靈而進化的嗎？野獸禽畜們因爲沒有了靈性，牠們永遠的住在泥洞裏而已。

人類是具有靈性的，當然可以將靈感去做更進一步的發展，發展到別人的身上。上面已經說過，催眠術是因了靈感與心理的作用而致成功的，現在既知了人們都全有靈感，故

任誰都可學到催眠術，惟是靈感的施用，須有如下的修養與訓練。

- (1) 催眠以前，不喝酒或用神過度。
- (2) 摒絕一切雜念，須集中精神。
- (3) 絕對要有自信決心，並抵除一切虛怯心理。
- (4) 不可使精神渙散與身體疲倦。
- (5) 須有敏銳的思想與靈活的態度。
- (6) 用威嚴的態度以制服被催眠者。

#### 四 被術人與施術者必具的條件

##### 1 要確信催眠術必得良好的結果

被術的人，須要確信催眠是能使自己快樂的，要存有一個良好結果的觀念，施術的人，也要確信自己的施行催眠法，能令任何人皆領受其催眠的靈感與實力。

茲假定在催眠時，施術人若對被術人這樣說：

「我現在和你催眠術，但是不知能否入睡狀態，據我猜度或許會有良好的成功的。」  
這樣不決定不自信的說法，無疑地使被術的人減除信賴觀念，當然是失敗多而成功少的。所以

施術的人，須對自己的技術特別信仰，並要特別認真的施着靈感；不懷疑，要決斷，故臨施術之前，必須對被術者這樣說：

「現在我爲你催眠了，曾經有過無數的人，身體比你強健的，都給我催眠而沒有失敗，故我可以決定你一定很容易入了催眠狀態的。」

須要這樣的說法，才使被術的人存了良好結果的心理，並使他的反抗思想減低，而容易接受靈感的指揮了。

## 2 要決心信賴催眠有益無害

受催眠術時，施術者固然不成問題，受術的人其心理狀態與普通不同，而呈不可思議的現象，爲此，催眠是有害或影響於人生康健的麼？在這裏我可以答復你：

催眠狀態，絕沒有一些釐的害處，反而益處不少。催眠時殆和佛家的坐禪相似，而且經過和效果也是一樣，這早經一般心理學家和精神學家的論定，茲再舉其相同點於后：

(1) 坐禪要摒除雜念專心於入半睡眠的狀態催眠也一樣。

(2) 坐禪須具極大依賴可以摒息一切決心。催眠也是一樣。

(3) 坐禪是制止思想的活動與肉體的活動，而專力於精神的靜養，催眠也是一樣。

所以日本的催眠家杉谷泰說：「催眠是長命法的一種，它可以流行至廣的，因是能治療各種疾

病。」

如上所說，催眠已是純粹有益無害的了，但是，有時施術的人不慎重而施以不良的暗示，就或有害處的可能。怎樣是不良好的暗示呢？如對被術者說：「你不好了，」或「不得了，你的生命有危險」等語。

有時因了催眠術作治療時，亦很容易發生謬誤的暗示，例如患病的人，本是頭痛的，施術的人就認為腦充血而對他暗示說：「你現在頭腦的血已經減少了，」因此就會弄成腦貧血的病症，所以暗示上的一切，施術者是要極小心去執行的。

至於有人問，若延長催眠狀態，可有害處麼？我們可以試看印度的僧人。他走入箱中而實行自入催眠狀態至二三月之久，不需任何飲食，而身體康健不稍感，就可以知道催眠延長是沒有害的了。總之催眠術時是精神上的作用，若施術者能在種種暗示之間，而給與一二分鐘精神修養的暗示，以使被術者得到相當休息，這樣的施行，雖是延長六七小時亦不會覺到疲勞的。

若有時被術的人會發生催眠有害的疑慮，施術者就必得說明如上的理由，並且使之有相當的明白才可以施術，同時又須提高自己的威信，嚴重地對被術者解釋，絕對不施與不利的事，或施與礙面子的暗示，故可以安心受術。

有時又會遇着一些不知催眠為任何事物的人，他在被術時候，身心發生懼怕而致心神不安定，

這種人，要使之入催眠狀態是極困難的。

### 3 對被術的人說明催眠中的境况

在施行催眠時候的先前，必須將催眠術的場合，詳盡地對被術者說明其感受催眠的景况，這種說明是很重要的，在說明的靈巧和拙劣，就是催眠的成功和失敗的判斷。

催眠的狀況和夜間自然睡眠的狀況原有分別，有些人不明瞭催眠的，每以為催眠的狀況是和半夜入眠一樣的。這是誤解催眠的狀況了。

催眠時，受術的人在深入催眠狀態，是能聽到施術者的言語，並能感到其暗示的。所以術者的言語，在催眠醒了以後，是絕不能記憶的，因為催眠狀態就是無知無想的狀態。

在這裏簡切地說：催眠狀態是精神與肉體一切沉寂，雙目雙耳除了施術者的暗示以外，均不聽不聞，即如手足的不易動，僅能感應施術者的暗示而隨握隨伸，施術者的話皆使其神經系的變動，此固催眠的狀態。但是催眠狀態最深，外貌和舉動，完全和醒覺相同，他可以開目談話並作事走路等事，則已達到極點的催眠狀態。

若問催眠狀態的人暗示以言語都不能知道的，就是已經醒覺而不是催眠了，惟催眠與睡眠本是同一在一事不知的狀態的，故醒覺以後，能否記得催眠中的事，是要看被術者的受術程度深淺的，這種情形施術之前必須向被術的人詳為說明。

本來催眠狀態是無念無想的狀態，什麼事都不能知道的狀態；或若有能在催眠中知道一切舉動狀態的，他已不是在無想無念的狀態中，已是有想者了，所以催眠狀態者，不能自知其狀態如何，原則上是一定的。

#### 4 摒除被術者的誤解

被術的人，若淺漏施術者的言語，當雖於入催眠狀態的，故當術者在催眠之先，必須詳盡說明術的性質，務使他不致誤解，有時因了被術者不鄭重施術者的話，以為這種言語，在人人人都可知道的，存了輕易看過的意，就很難有相當效力並入於深重催眠的狀態了。

又有時受術的人誤以為催眠狀態是和入夜睡眠一樣的景象，及至受術，乃不能似夜間的自然入眠狀態，施術者的話和週圍的言語物音，都能聽到。不但聽到，且疑在醒覺之後或可知道，如此就斷難生效了，苟若受術的人能想及受術的輕快，神經亦自輕快，苟若自己誤解了，當然自必失敗的。明於此道就收效易而能獲益多了。

▽ 想要防止催眠時被術者的誤解，施術者當先要說明這個理由，並使受術的人接納，切不可輕易看過，即如催眠周圍的聲音，或一一可以聽到的，在催眠醒覺後，或可以記憶的，都可不必顧慮，總之要認真承認自己可以入催眠狀態。僅知催眠是可以快慰並安定精神或治療疾病的，即可充分得到效果了。

如若在催眠施行的時候，發覺被術者有下列的情形，當即停止施術，以免除失效或有意外的煩惱。

(1) 發覺被術者有極大的疑懼心理，解釋也不能摒除的。

(2) 被術者故意取鬧的時候。

(3) 被術者存了極堅烈的反抗心。

(4) 被術者酒後或興奮過度。

注意：如遇以上四種情形，不過是在普通催眠之間即應予停止，如係特別催眠，或有催眠技術的高深修養者，即使反對或不允亦無可如何的。

### 5 要除自我

受術者要極力除去自我的心理，因為催眠狀態由心理學上看來，就是無念無思的狀態。假若受術者不除去自我的覺念，不絕對決心感受施術者的暗示，此又等於如隔靴搔癢了。

自我觀念在受術者的強弱程度，足以和感受催眠的強弱相伴，凡是自我的弱者，雖在他的前面揚言他不能感受催眠的，然而一舉一動都可屈服於施術者的催眠法，因而而使催眠得以成功，反之，自我的強者，即不說他不可催眠，究竟亦致催眠極感困難的，故所以施術時，必先得除去受術者的自我觀念不可，至於怎樣除去其自我觀念呢？這就要用施術者的誠懇與端嚴正兼用了。

在受術者要除去自我的方法，當然存了把自己的身心精神寄托於施術者了，但是有時遇萬不得已的事情，如某處皮膚發癢，或咳嗽將發等，也應極力忍耐以使之忘卻爲本，假使是不能這樣做，也當於事後立即摒除自主的動態與思想。

除去自我最好的方法，就是凝集精神以聽服施術者的暗示並接受其靈感，絕不運動任何思慮，但祇存了入於催眠的狀態，茲再舉催眠時，術者與被術者的六大要點於后，以作本節的結論。

(1) 施術者最注意的，便是向受術者說明無論何時施行催眠術，皆沒有絲毫害處的。

(2) 施術者在對受術者解釋催眠無害以後，就當說：「你受催眠，必可容易入於催眠狀態的，而且必可使你精神快慰，精神痛苦與疾病都得治療。」

(3) 施行催眠術，應要說明催眠的景況，不是如夜半入眠的狀態；催眠時是可以聽到術者的言語以及周圍的影響，並且聽術者的言語，可以入於耳而使神經知覺受到支配與服從。

(4) 受術者最要牢記施術者的言語，並一句不可遺漏。

(5) 極力避去有妨害於催眠的刺激事物與飲食，須舉行有助於催眠的深呼吸與靜坐或沐浴；

(6) 受術者宜摒除自我，勉力凝集精神去感應施術者的暗示。

上面所舉的六條例，是完備的進行計劃。也是受術者最難的修養，但是由實際去求這種思想完美如意的受術者，恐怕也不是容易的事。

## 五 被術人如何扶助施術進行

諺語說：「物以類聚，」這確實是一句至理名言，凡百樣事物，都必要有相和點始能合於一起，譬如水和油，兩種不同質性的液質，若要將它混合其一塊，是必不可能的事。假如一定要把它混和，就要想出一個辦法，澆入其他物質，使之起化學作用。

催眠術也是這樣，有許多事情是會妨着它的進行的，故而催眠時須要有順利的演出，受術者應在精神上除了極力摒除自我與一切誤解以外，還須要由事項上助以扶助催眠的進行，然而怎樣扶助呢？茲試述於下：

受術者在將近受催眠術的一日間，最好是滅除過喜過怒過哀過樂的事情，因為過於喜怒哀樂，精神過於興奮而不能以沉靜自持以致妨害於感應了，還有刺激精神的煙，酒，咖啡等飲食，也該要極力戒除之。

受術的時候，最好是在飯後或入浴後一小時，因為這個時間是最易受到催眠的效力的，何則？因入浴後身體的血管開放，血液都循環於下體，頭部的血減少的緣故。食後也是如此。胃部困了消化工作要運用較多的血液，腦的血液也降到胃部的緣故。

有些人在受術之前實行深呼吸或恬靜的修養，更是能收大效，且於康健亦有俾益的。

受術者不誠心受術則已，若誠心受術，就非得實行做點扶助催眠進行的工作不可。這是事關自己的快樂與精神，故不可不注意啊！

## 六 催眠感性的鑑別法

怎樣叫做催眠性感？凡在催眠的期間中，受術人對於催眠所感到的表現，就是催眠性感。

受術者對於催眠，其感性高的就易於入催眠狀態，其感性低的就比較困難。這種感性有自天生成的，有由後天修養的。它正如男女間的色慾一樣，有些人素以女色為平常事的，有些人一見到美好的女子就容易撥發慾念，它又如人的對酒一樣，有飲多量而不醉的，有一觸酒味即昏沉的。

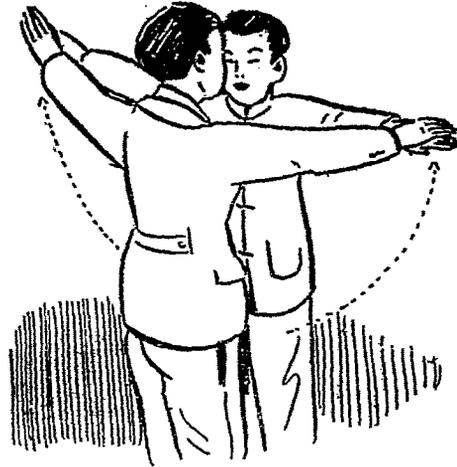
現在我們如何鑑別受術人的感性高低呢？茲分述各種鑑別如下：——

### 1 由觸覺的鑑別法

下圖是觸覺鑑別法的演出，施術者正用暗示使受術者的雙手提起。

觸覺鑑別法是比下述的質問視察的鑑別法較為有明確判定的方法。施術的人可以用手去觸摩受術者的身體而測驗之，這種方法是有許多，而要有相當的練習才會了解的。現在不妨擇取其容易入手的一種，詳述於下：——

施術者可先使受術者直立，並閉起雙目，使他平伸雙手作深呼吸的動作，施術者就乘這個時候，



第一圖 自由觸覺鑑別法

術時的成效如何，因為受測驗者能雙手隨着施術者的手而動作，這受術的人是必信賴了施術者的支配，認定催眠是快樂的。自己是需要催眠治療或調劑精神的。至於那堅強而不動，對暗示與指引似，是無聞無覺的人，必定是在用自己的精力去支配自己的身體，精神與肉體尚未交與施術者作指揮，信念也未付託與施術者。他的自我觀念維繫着而不可解的。

將兩手輕輕按在他的左右手背上，心裏暗示他說：  
「現在我要使你兩手上下伸張，你該服從我了。」

一六

說時要集注精神，務使靈感充分地傳達，同時又將自己雙手輕輕引受測驗的人的雙手上下動着。如若這時，受測驗的人真的隨着上下而動，無疑地這個人就是感性高而易於入催眠狀態的。假若這受測驗的人，一無所覺，不依施術者的暗示與指引，仍堅持着其雙手平伸的狀態，這就是他的自我觀念的堅強表現，感性必低而難入催眠狀態的。

把上面的測驗來分釋，就可以預料着未來施

## 2 質問視察的鑑別法

(1) 可觀察其體質而定感性高低。康健而沉着的人，大都易入催眠；虛弱的人，因了神經大多過敏，故感性低而難入催眠。

(2) 男子大多感性低，女子大多感性高。因為男子精神好動，女子精神好靜，然而有高深的學者，斷不分男女之別的。

(3) 用年齡來分別。便是普通年歲的較老或年過幼者易於催眠。感性最高的是由十二歲至十五歲的少年，若過了六七十歲的老人和小孩，因了思想散亂的緣故，觀念不能集一，故感性低而難使之入催眠狀態。

(4) 觀察其智力，人格，意旨來分別。凡是智力進步意旨強固並無不安的念者，人格高尚者，都是感性高的人，蓋催眠狀態均要有自制與信仰誠懇的作用。若反之，等於不能制裁漫散的思想與摒除自我。

(5) 可詢問其癖性來分別。例如辦事專心，或每夜就寢易於熟眠的，都是感性高的人，反之，心神曠散，或患有失眠，或精神易於興奮心氣焦燥者，都是感性低的。

除以上各法，又可詢問其過去曾否受過催眠，若難入催眠狀態的，無疑地是感性低的人，應先予以各種提高其感性的方法的。

3 施術後的鑑別法

現在還有一個方法，是在着手施行催眠後所用以鑑別被術者感性的。這個方法，較觸覺的鑑別法更正確與透澈，因為這不是在施術前的測驗，而是在施術中的測驗，故對於結果方面必較正確的。凡在施術者，受術者尚未閉目之時，而屢屢轉動其眼球的，是必感性低的表现。及至受術者雙眼



第二圖 感性低雜念緣

閉合，但眼皮仍微動或口唇常掀動的，是亦必感性低的表现。因為被術者若能專心一意除去雜念的，必無這種現象；受術者若是一時又要注意催眠，一時又疑心並未催眠，一時又想到旁的雜念，故而精神不寧以致於感性低的緣故。

由前記述的各法，都可互相參用以測驗被術者的感性；惟須注意的，測驗時最好的在訓練與指導的時候。因為在公共場所之間而行測驗，倘一旦失效，至少會失去一些信仰的。又假使是遇着感性低的人，可以反覆試驗他，必盡使其排除雜念與自我不可，否則，測驗一個不合格，就丟了一個，則對懷着一般的活躍心的受術者，將無以施術的能力了。

## 七 如何提高受術者的感性

感性的高低，正是催眠術成功與失敗的關鍵。施術者對此問題，應有相當的注意。每當演術的時候，要使催眠感性低的人，去變為感性高的，受術者將要用什麼方法呢？

研究催眠的人，在練習的時候，必須先行考察感性低的人，是具有什麼的能力以阻礙催眠的進行。據本書著者所知的，不外是有如下的原因：——

一，是先天的造就。

二，是不能用自己的理智神經去控制自我的心靈的滋長。

現在假使是上列第一種的，施術者就非得從其身體上治療不可；例如神經衰弱以致精神興奮，當先使其操練體格俾可恢復康健，再行以精神修養法的灌貫。然而這都是很費時間與困難的工作，故許多催眠家均置此種以放棄催眠權利的。

若係上述第二種由意志薄弱而構成的人，就比較易於改善他的觀念，例如多次的測驗他與畫情的理解，或催眠別人以感化其遊離不定的情緒等，都是收效極易的工作。

據嶺南藝術家蕭靈君先生在其所著之催眠速成法一書中云：

「著者曾在中山縣某照像店內，測驗改善某店員的感性；當時，該店員頗不置信有催眠的可能，

經著者三數次對彼作詳善的理解，並告以催眠確能使人快慰，復經一再施術後，所謂性感低者，居然能在二分鐘內陷入催眠狀態了。因此事可以推究其他，故最後著者還認為改善感性程度的事，是斷然可能的，並且具經驗較深的人都可為的。」

由這一段引證，事實可以證明感性是有改良的可能。故催眠家遇感性高的受術者，不應放棄，宜利用種種方法以詳導其入催眠狀態。

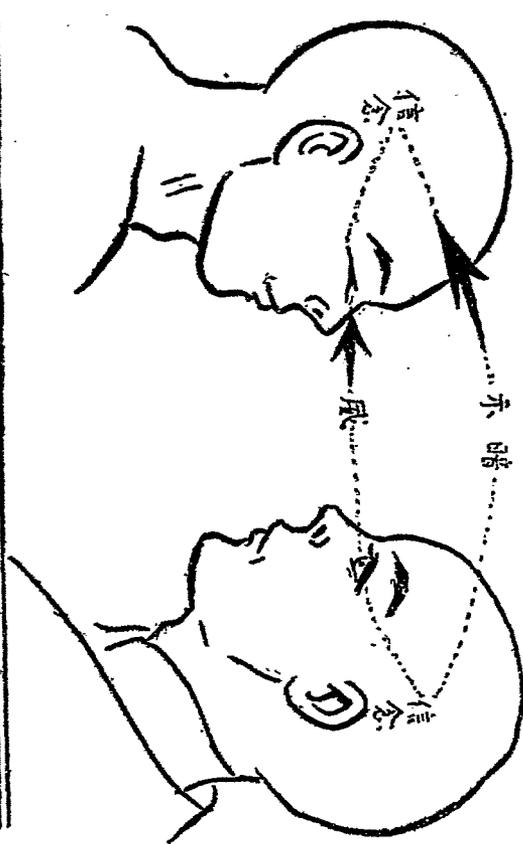
## 八 催眠時雙方的腦中樞底活動

催眠術的作用，簡而言之，就是施術者與受術者的腦中樞能互起化合作用。但是，這種化合作用的究竟如何呢？在以前已經講過，催眠的作用也就是施術者用靈感去指使受術者的動作，用精神去控制受術者的心理；而受術者就是將身心精神交與施術者，並完全信賴自己可以陷入催眠狀態中，摒除自我而已。

然而這種說法，究未能完全將動向的情形表露，故似是虛無渺茫的說法，豈不令有一些人懷疑。我也早已說過，所謂靈感的東西，就是人體內電子發放的作用。故而現在就有一個很好的引證並解說了。

近世來無線電傳聲的事情，已沒有什麼希奇了。本來我們接着一架收音機，把波度鈕一度一度

地轉動，就有一回一回不同的音樂或各種聲響出現，收音機究竟不是一個活人，怎樣會有這種的變化呢？既是這樣的神奇，怎樣我們又說他不神祕呢。這根本是有事理來告訴我們：



因為除收音機以外，還有一播發機的。這播發機用某一種波度去發送歌曲，收音機就必須用某一種波度才可收到，現在假使播發機用五〇〇號週波去播送努力歌。收音機要吸收這努力歌要必須旋

圖三 雙方腦中樞的運動

準五〇〇度才可得到效果。這收音與播發的經過情形，就正如催眠術中的靈感施用一樣。催眠術中是以施術者的頭腦做播發機，把電子由靈感中傳送到受術者的腦中樞處，假若受術者是無心接受的，當然施術者的腦中樞處，假若受術者是無心接受的，當然施術者的一切暗示都沒有聽聞了。如果受術者是誠意要得到感應，那麼一切暗示都可因了腦中樞的電子合作而實現了。總之，人們的腦中樞可以主使身體的各部活動，這就是全恃了神經的作用；神經的抒發宛如電氣機械無異，它一切的生活動使命，全由總機關所主持的。

現今所說的催眠，就是利用了電子去超出本身的範圍以制服別人的心理。這種電子行使在本身之間，是似有線電一樣，但行使於自身以外，去使別人陷入催眠狀態的，就和無線電傳音一樣。明了這理，催眠術也和無線電傳音的一樣無異了。茲附催眠作用的經過，腦神經的狀態圖於上，以備參考。

## 九 受術者的感應狀況

由考察受術者的被催眠狀態，就是無想無念的成功而已。這種無想無念，就是用全精神來感應施術者的暗示，例如施術者向受術的人喝說：「你的口有苦味。」受術者就確信其言，而傳吸收其施術者靈感所發出來的電子作用，腦中樞就傳達了其確信的在血液及舌覺之中，口就感到無限的苦味了。

被術者口中既感到無限苦味，則表出在形神之上，眉感額絳，口舌喋喋不已。在此時，如若施術者反向他說：「你的口裏沒有苦味了，是滿含着蜜啊！你看，它是多麼的甜啦！」受術者聽了這話，當時由腦中樞報告感覺上，方才的苦味盡而消釋，化成滿口的甜蜜；並且滿臉露着笑容。口中津津有味，嚼着，直至施術者發暗停止為止。

現在倘若有人向一尚未被催眠的人喝說：「你的嘴裏有苦呢？」那人必然毫無表示，甚且會分辨起來，這是什麼理由？就是醒的人尚未摒棄自我而入無念無想之中，他繁雜的精神不能接受施術者的靈感以從暗示的緣故。

催眠狀態無念無想的構成，並不是突然而來的，乃是逐漸由決心驅除雜念而成。至於陷入催眠的情況，其始初也是和醒覺狀態無異，繼而漸漸消除雜念，次第深入的，現在繪圖於下，以作解說：

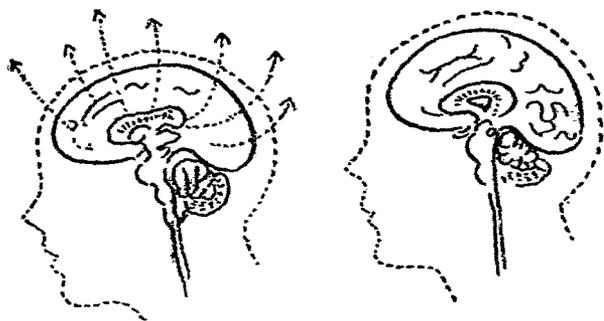
第四圖是神經系中尚未除去雜念的情形，許多箭條發出者，就是表明思想的散漫與繁亂。

第五圖是雜念完全消除，血管中血液減少已至無念無想的情形。

第六圖是表明陷入催眠時的逐漸狀態。(1)是未除自我，(黑色代表自我)(2)是已有決心受催眠的意旨，因而自我略作減除，直至(6)為止，已是無想無念的情形。

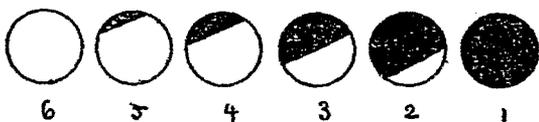
要是從生理學上去考察陷入催眠的情形，那所謂無想無念的，當然是精神不働的狀況。精神是宿在大腦之中，所以由生理學上見到的，精神的動就是大腦的動了。

大腦就是腦，中樞，位在頭蓋骨裏面，他好像是一個國家的中央政府一樣，身體和感覺，就連以神經如同電線。若大腦有命令，神經當然立刻傳到所須達令的地方，其敏捷的情度。正如電流一樣的迅速。催眠術就是利用了自己的腦力精神，去控制別人的腦力的。



圖四第

圖五第



圖六第

有些人或問，為什麼受催眠會滅除精神上的疾病或痛苦呢？這也是完全由腦中樞作用。因為人一有病，就把痛苦牢牢地存入腦中樞中，以致養成了一種病態的心理，現在催眠術就是要使人摒除自我後，令其腦中樞根本忘去疾病的痛苦，再由腦力去移轉所養成的心理習慣，故痛苦與疾病得以漸漸解除。

## 一〇 心靈感應的新發現

催眠術的演出，是要雙方的腦中樞共起溶洽作用，而由施術者的心靈去使受術者得着感應的，這是在第九章裏已經研究至爲明白。

所謂心靈感應，並不是迷信上的「誠則靈」，也不是偶然的巧遇，它是在人生的動態中常會發現的，它實在是心理學上一有實理的顯示作用。

最近關於心靈感應的研究，是頗惹起一般精神學家及醫師的研究。而新的發現亦逐漸在增多。有一次我的朋友在夜裏忽然由夢中驚醒，他彷彿看見他的兒子在學校裏踢球傷了踝。第二天果然接到他兒子來信告訴他因踢球扭傷足踝。

不久以前，夏威夷島上發生同樣離奇的事實。有一天晚上，管森林的白安，夢見一個垂斃的士兵，躺在杳無人跡的火山旁邊。第二天早晨，在他夢中的地點果然發現了那兵士。

我們在日常生活中，常有類似的經驗。有許多事情在沒有發生以前，腦中就常有預兆，有時突然想到久別的友人，果然不久相會了。

現在世界各國的科學家，已經開始在研究這問題了。他們各自埋頭在實驗室內，作「心應感靈」的新試驗，要使人與人互相傳達思想和情感，並不必靠現有的五官。在最近幾個月內，這未經開拓

的領域裏，已有驚人的發現了。

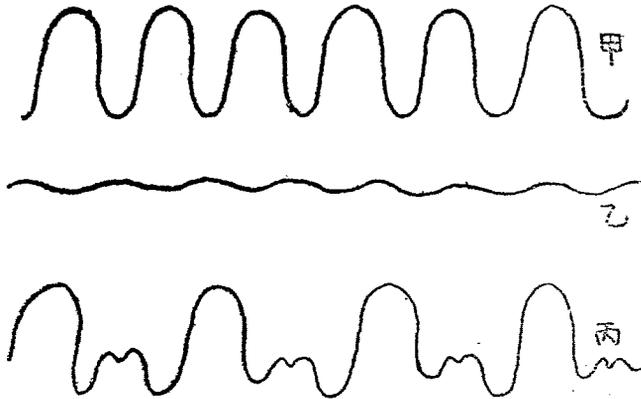
在五十年前英國心理學會會長梅爾斯即已開始研究。前幾年，美國諾貝萊大學獎學金得獎者柯羅克，發現心靈感應是由於人身上有一種微小電流的震動，叫做「腦波」。

英國著名飛機設計家某君每遇到夢醒時，便把夢中的事實記在枕下的一部筆記藉上。後來就拿這些材料編了一部書名字叫「時間的實驗」。他說，夢中的幻想差不多都是事實的先兆，他曾躺在兩百五十英里外的床上，看見了巴黎的大火，和麻達錄冠島上的火山爆發。書中尚有許多類似的事情。

美國斯丹福大學柯佛博士，曾選了十個心理學系的高材生，在他們背後作種種不同的姿態，讓他們寫下他們的推想，結果對的竟佔絕對多數。

但是，最引人注意的，當推達克大學萊痕博士的實驗了。

他的實驗是這樣的：用二十五張不同花紋的卡片，五張上面繪的是星形，五張是圓圈，五張是十字，五張是波浪形，五張是方形。實驗者以全神注視那卡片上的花紋，每一分鐘掉換一張，直到二十五張都看完為止。在同一時間內，遠隔三千英哩的太平洋岸上另一個實驗者，把他腦中所得的印象，依次寫下，然後再拿兩地的記錄來核對，結果對的次數常常超出理想。他的學生林次美曾於六百次中，猜中兩百三十八次，另一個叫披阿斯的學生，有一次竟連續猜中三十五次。



線波的時示暗受：丙 線波的時術被：乙 線波的覺理：甲 圖七第

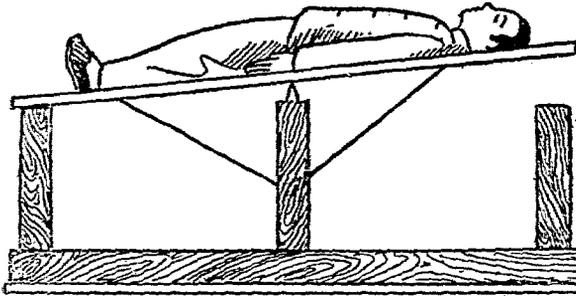
博士曾以不同的環境與方式，作了十萬次此種實驗，他的結論是心靈感應，是人人具有的能力，不過有些人得天獨厚；而且這能力是有遺傳性的。

最近哈佛大學心理學教授，依斯德薄路克博士，更發覺情感給與「心靈感應」極大的影響，譬如一個人在疲乏、煩悶，或興奮時，常有特殊心靈感應的現象。這在試驗室的實驗中是找不到的，因為試驗室裏很難得到自然流露的情感。

## 一 受術者的血液狀況

受術者在陷入催眠時，他的腦部的血液是下降至下體的，這是上面已經說過的話。被術者血液的多少，可以用一種測驗脈度的器械去試驗，這種測驗脈度的器械叫做脈波針。它能夠因血液的多少而在紙上繪成波紋；波紋高的，就是血液多的狀態；波紋低的，就是血

液少的狀態。有人曾用脈波針去測驗未催眠的人和已陷入催眠的人，與正受暗示的人，其脈度所成的波紋線一如本章之附圖：



第八圖 試驗血液下降

由上面所述的情形，我們可以知道用脈波針可能察出真偽的陷入催眠者。但如需要察看偽催眠，又有另一種巧妙良善的方法，這方法是利用了輕重來計算。我們要知道物量減少就是輕的，而腦中血液減少，腦的重量自然輕了。故利用了這輕重的計法，特製一具天秤式的檯，使受術者，躺臥在平板上，（參看本章附圖）當未催眠的情狀，頭部下垂的，一到了催眠狀態，腦中的血漸墜入足部，故腦輕而足重，足部就下垂，頭部就上升了。直至術者暗示以醒覺的命令，受術者因醒覺恢復自我的關係，頭部血液也自然恢復常態，因之頭部又復下垂了。

由催眠能使血液下降，故催眠最適宜於治療腦充血病症，至於催眠尚可以治療其他病症麼？本書當另章再述了。

根據許多的精神學的醫師說：「靜坐法和佛家的坐禪，他對於腦部血液的下降情狀，正與催眠相似，故凡坐禪不定的人，均可

由受催眠而入手，以漸漸使無想無念得以容易實現云。」由此可知催眠術中腦部血液降低，是絕不會有影響於思想和康健的；非但不會影響，甚且可以使思想及康健的增好，它的益處，實在不亞於坐禪的。

## 一一二 可否隨時施行催眠

催眠的力量，有時很大的，曾經聽過有人講催眠的故事，其大意是說：有一位催眠家，不論對着任何人，都可伸手一指就使之立定；或是大喝一聲，使無數人失去知覺云云。這個故事，我敢決定是偽造的，因為據事理告訴我們，催眠術是要施術者與受術者兩相感應而產生的，並不是由單方面的意志可造成，更不是在人不知不覺中都可施行。假使催眠術是可以背了人而施行，並可使羣衆陷入無知無覺境地的，催眠將成了擾亂世界的魔法了，至於那種喝一聲，使使人立刻感受催眠的，倘在被喝者知道並對施術者素有信仰的立場下，或可以構成這種局面。因為受術者既然信仰施術者，而且又在當面大喝，說不定在這一喝之中就陷入催眠受了暗示的。

或有些人會問，催眠既要雙方感應產生，那麼，對一般心理反抗的人豈不是沒能為力嗎？這個答案要分兩種：一，是普通通曉催眠的人，當然無能為力，一，是有高深催眠能力的人，可以用反催眠手段使他感應入眠。

反催眠手段也不是隨時隨地在即刻之間可以實施的，也是要費許多時間與手段的。至於反催眠的方法如何？本書因了題材所限，故不能一併刊入了。

要施行普通的催眠術，須相當地注意施行的環境與受術者的感性如何，茲將經驗所得而認為合格的條件列後：

- (1) 空氣要流通，勿使燈光過強或過弱。
- (2) 環境寂靜，最好是禁止其他聲響。
- (3) 牆壁最好是黑色或白色，或深綠色。以紅色為最不宜，因紅色富有刺激性的緣故。
- (4) 宜選擇其家屬同意的人以施術。
- (5) 注意受術者，是否感性高的人。

在以上範圍之外，有許多地方是要施術者自行設想的，因為有時往往是遇了奇特的事情，而致施術失敗的啊！

### Y 一三 催眠時雙方必須意思聯合

在催眠的時候，受術的人何以獨感應施術人的暗示，而不感應他人的暗示呢？施術者的暗示何以在一個時間內僅能使受術人感應而不能使其他人一同感應呢？這就是因為兩者之間，有意思聯

合的緣故，什麼叫意思的聯合，施術人和受術人之間有交通的心意關係；即是被術人的心靈通於術人的意思，術術人的意思可以通與被術人，兩者的意思互相聯合一致而已。催眠術是必要有這意思的聯合，而後可以通暗示，可以通被術的人以感受施術者的暗示的程度。

催眠術對治療上的效果，就是據這意思聯合而使神經與感覺改變而收得，所以要利用催眠來治病的人，患者能存必治的心，術者能存必治的心，雙方意思能聯合一致。當然有良好結果了。至於怎樣才可以使意思聯合呢。這種被術者和術術者的意思聯合，要在什麼場所見到。

被術者的意思自信必能催眠，而通其暗示，術術者的意思，亦以為自己的技術必能催眠！我的暗示必能感應，而後施術。於是兩人之間的一切意思就得以聯絡了。

被術者在沒有思慮的場合，惟是感化於術者的誘導，以求附於意思的聯合關係，如若再有第三術術者，想要感應他的暗示，去和被術者更施催眠法，而誘導被術者的意思以求有意思的聯合關係，也是可以感應於暗示的，因為這個被術者倘未完全有堅定的決意將自己的意思去和術術者聯合一致，而僅是在沒有思慮的場合的緣故。

意思聯合的關係，不限於術者和催眠術之間的，在一般普通的狀態者也可以發生這種關係；我們試看父子母子之間，夫婦之間，都顯著着有這種關係的存在，但是未能和催眠術中的意思一致聯合的程度而已。

我們常見孩子依在母親旁邊，母親從身翼護着他，他就能安心睡眠；及到他熟睡了，母親忽然離開其旁邊，孩子必定驚泣，這就是母親和孩子的意思已取得一致的聯，而母親孩子的意思既起，孩子的意思遂感到不安，故雖在睡夢之中，也必定會哭泣的。

倘使意思在催眠的關係中，在深入催眠狀態時，尤其是親密。故所以對於眠遊狀態的受術者，施術者雖用低於蚊蟲的聲音，受術者也覺到像醒時大聲談話一樣貫進腦裏。

至於術者以外的人，雖是無論發生怎樣大的聲音，或是用手去擺弄其身體，受術者必一無所知了。

## 一四 人格變化

這裏先要解釋的，就是人格變化四字，什麼是人格變化呢？請讀者切莫誤解了這裏的人格兩字，這裏的人格不是由人們精神性情所看到的人格，而是作人的骨格的解釋的。故所以人格變化，就是使一個受術者在術中把自己的骨格起了變化的解釋，關於骨格又是怎樣一回事呢？即是「我所知的事，我所做的事，我所想的事，總而稱作骨格。」

在平日間我們嘗聽見人們罵懶惰的人，大約都是這樣說：「這個傢伙真是不像人骨格，他一些事情都懶得做，天生成了他一副豬骨格呢！」由這句罵人的說話中，更可使我們明白骨格兩字的意

義了。

人格變化的狀態，是使受術者把自己的骨骼變了其事物，例如用催眠暗示使受術者脫離了一切自己的思想和所知的事而化作第二個人，這就是人格的變化？除了人變人以外，還可以使他人變作其他事物的，如使男的受術者變作女的，變作牛，變作狗，或是貓與馬，甚至牛頭車汽車等都無不可。受術者在人格變化的時候，他是忘記了自己一切的事物與情形而想到施術者所暗示的範圍內，故雖八十歲的老人，施術者若暗示他恢復他十歲時的情狀，他必嬉笑跳躍。一切舉動盡如十歲的孩子了。蓋這時，受術者的理智中，因了感應過深而全受了十歲孩童時的心理所支配了。

變換人格的事，必須選擇深入催眠狀態的人方可施行。如若是初受術的，即將會引起被術者懼

怕的神經以致恢復自我的觀念。

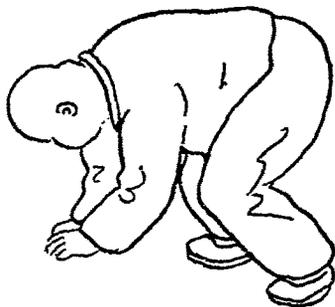
下：本書編者，曾測驗人格變的事，其堪值一記者如



第九圖 使男子變為女子

(1)使男子變為女子 催眠專家余萍客先生曾在某公共場所將男子用催眠法使其變為女子狀態，當表演之時，先選一男學生登台，繼用催眠手法使他陷入催眠，並暗示他已變為女性，不久，祇見該學生

立起感應作用，頓時將身體妮妮扭扭，變作一姣好少女的狀態，既而萍客先生又暗示說：「你的青春已過去了，你已成爲一肚大便便的婦人了。」於是受術人立即行動婆婆，雙手捧腹，猶如一有孕的婦人。



第十圖 使肥人變爲大牛

(2) 使肥人變爲大牛

三民中學有學生馮某，身軀碩大如牛，某日，該校舉行散送畢業生雜校游藝會，由教員李公俠先生表演催眠，該生被選爲受術人，時有人向李先生請求將該生催變爲大牛，李先生即如所請，略施暗示後，僅見該生匍匐於地，並引頸作牛鳴，旋又變爲耕田狀態，一舉一動，無不形容逼真。未幾，馮生醒覺後，有同學問他感覺耕田滋味如何，馮生亦懵然不知曾變化人格爲一牛也。

(3) 變換小孩作飛機

我曾有一次把一個小孩施行人

格變化，而暗對他說：「你現在是一隻飛機了，你能飛翔在天空了，你的機器聲很響呀？」那小孩受了我的暗示後，當時即伸出

兩手作機翼，沿台急步疾行，口中還軋軋的叫個不停，姿勢是十分似飛機的，而聲音亦能模倣逼真。(4) 使摩登少女變作纏腳老太婆 某女校開會，請我表演催眠，我即召一個尚未受過催眠的女

生，先使之陷入催眠狀態，再暗示以普通動作，如歌舞等等。未幾，知她對催眠性感最深，便開始暗示地

說：「你已經很快的把青春消逝了，你的中年時代也過去了，啊！不知不覺你已經八十歲啦！你想，你的年紀是多麼老，你步伐也沒有力了，因為你又纏了足呢！你現在走路看看呀！」我暗示以後，她就立起來並用腳跟裝成纏足的樣子，雙手也作提起袖管的形像，一步一步的挨着走，她雖然是一個十七歲的青年，然而她裝起來卻會迫真到極點，在這一番人格變化的表演，同時又給我認識了有時是會使人能做素所不能為的事的。



第十圖 使少女變為桃花

(5)使少女變做一棵桃花 有一回我在中山中學校裏的游藝會裏表演催眠，所表演的節目又是人格變化，先是該校有女生吳姓的，貌頗娟好，性愛植桃花，家園中有其手植的桃樹不下百餘株，適在該次游藝會裏，被我選作被術者；其時校中的學生，有許多寫條子給我，要求把她催眠變化作桃樹，我因為湊興起見，就接納了他們的要求。於是在施術之後，就對受術者說：「你是多麼美麗的一株桃花啊！」我僅說了這樣的一句，她就即時木立扭起身體，上伸兩手作桃樹狀，形態至為迫肖。

人格變化，在著者的實驗中，除以上三

件外，尚有許多許多有趣的事，都因篇幅所限，不能記於此了。

## 一五 應注意演術時的言語暗示

當一個施術者在表現催眠的時候，應注意受術者是何種人，而予以何種暗示的。因為這樣既可以使受術者易於瞭解，並且吻合其平日所習接而易起快樂觀念的緣故。現在假使是催眠一無知的鄉下人，施術者不知道將就他的智識程度，而用文雅或深奧的言語以對他解說並暗示，這種格格不入的情形，不可預測到效果如何了。故所以施術的人，最要注意先後所說的言語與暗示，務須求切合於受術者的程度。如係婦女，當以投合婦女的言語；若係小孩，自然要用天真爛漫淺俗的說話；總之，無論如何終以根據受術者的程度如何而發言，即萬無一失了。

做使有人要我教他講施術時的說話，這是無濟於事的；因為人的程度與情性是各個不同，說話又是活的，我絕不能教他幾十萬種的說法，而且就是教了他，他也不能記憶。然則這要怎樣呢？當然是靠了自己的修養。

這不是練習辯論口才，當然是比較易於成功。因為催眠所需要者，祇是催眠上的辯證與引說而已。我早已說過學催眠的人要具有自信決心，故言語間均可賴了自信決心而發，知機警覺地存了必定成功的心理，不管是用鄉下人情度的話去施術於鄉下人，或用婦女的話去施術於婦女，最重要的

關點就是自己不要疑惑，現在不妨說說：有一個催眠家向一個鄉下女人施術，他依了她的程度而對她說：「我現在要使你的精神快樂了，你聽我的話吧！你看了我的手指眼睛就會疲倦而閉下的，閉了以後，你決心要聽我的話做去，我叫你怎樣你便怎樣；同時你的感覺也跟我所說的而變動。」催眠家本來說得很好的，但是他說到這裏，自己反疑心鄉下婦人聽不懂，惶惶然而把精神注意了自己的言語，於是把對被術的所施放的靈感，不期而然地減少了。這樣還會收到效果麼？

故所以在催眠未施行之先，最重要的便是預先鑑別了受術者的程度，而存下自信必定成功的決心。

在利用催眠治療疾病時，有時會發生許多的困難；例如遇着聾子和神經錯亂的人，那時就非以說話程度可以確定了施術的方針了。

由我個人的經驗告訴我：如遇着聾子，若他是識字的，可以用文字去解說催眠原理，使他完全信仰後，才能施術，如若遇了神經錯亂的人，須要候至其安定時候而說服之，但切不可提起有關於癡癩的事情以觸起其病性。

有時又會遇着一種頭腦簡單的人，他非但不能接受你的解說，且不明催眠是什麼，你對他說話的時候，他反瞪目結舌的不知所為，你若對他解釋的時候，必又呆笑而指東說西。這種人是應於使他有感化的必要。怎樣才可以感化他呢？惟一的方法便是使他多看催眠的表演，同時被術者又要時常

對他講說催眠的好處與快樂。這樣的漸漸進行，不久當可使他得到感應了。

## 一六 影響狀態與治療疾病的情況

催眠術因其能使受術者的神經受影響，故最能糾正一般患有神經病者，或利用之以治療其他疾病。

但是催眠的各種影響狀態與治病情況是怎樣呢！不妨現在把它對於精神的影響並全身的狀態說明於下——

(1) 影響在感情上的狀態 催眠因是使受術者的腦中樞受感動而改變心理，故對於感情易怒易悲的人，都可以使他規復常人的情形。

(2) 影響於普通狀態 消化力薄弱或過強的人，或腹痛的人，均可用催眠術治癒他。例如手肘骨節疼痛，在催眠時，於以撫其痛處並暗示他說：

「你的手肘因了血管被壓以致疼痛，現在我已經和你按摩了他三四回，痛就全消了。你在醒後的精神更加健旺，絕不會再感到運動不自然了。」

照上面暗示後，又需用手使其伸張不停，並再暗示說：

「我現在使你的手運動，血管必定暢然流通。以後你不會再發生運動不舒適的事情了。」說畢，

那可使受術者醒覺，手肘必不疼痛，其運動亦如常人了。

(3) 影響於特殊感覺的 例如冬天使受術者感到炎熱而流汗，給以糖食使他感受到是鹽的滋味，令其握着火柴盒子而說是一塊冰，或更進一步的使他感受千里眼的作用，可以見着遠親或遠先人代。

(4) 影響於情慾狀態 凡是色慾敗衰，或過度的人，都可以左右他。

(5) 影響於隨意筋的狀態 凡陷入催眠狀態的人，其肢體固能的運動，都可使他運動與受支配的命令。

(6) 影響於不隨意筋的狀態 人體上不隨意筋的狀態，也可以用催眠的暗示去使他活動或改變，假如有人患反胃，經過醫生治療而沒有效力，或是僅收一時效果而究竟不能根除的，若用催眠暗示，使他胃力加強，繼續舉行多次必能收良好效果。

催眠的力量不獨可以使胃力加強，甚至可以遲速受術者的心臟跳躍與呼吸等作用，故用之以治精神上的痛苦，當然會收到大効力的。

## 一七 催眠狀態辨別法

催眠狀態，是催眠術上第一重要的基礎；假如受術時不是催眠狀態，其暗示和命令則全無效力。

發生。故起初練習催眠，首先當研究催眠，狀態程度的辨別，因為我們平日的活動，本來有一種精神狀態，催眠施術的時候能制止被術者自動的精神狀態，而變成一種催眠狀態的停止活動，心中無念無想，逐漸發生一種暗示感應性；這種感應性，隨着催眠狀態以分深淺；催眠狀態深，感應性亦深；催眠狀態淺，感應性亦淺。各國催眠學家對於這項深淺程度，研究不遺餘力，茲將各家的催眠狀態分別深淺法分述如下，明白了他方纔可以實施暗示。

(1) 倍路漢氏分爲七期

第一朝，恍惚狀態期。此時纔起催眠狀態，雖則耳目已恍惚不能明察一切，不過感應性淺。若突然施以療病等重要暗示，未必一定得見成功。

第二期，稍行命令狀態期。這時期的催眠現象，被術者的兩眼或開或閉，服從施術者的暗示而呈現感應狀態；如果暗示他說：「你可急速急閉雙目，」被術者即閉了雙目不再開放。然而這種情形，催眠的狀態尚淺，苟被術者耳有所聞，或心一動念，即能破壞施術者的暗示命令，而忽張開他的雙眼。第三期，服從命令狀態期。這時被術者的催眠現象，和第二期沒有多少差別，但是催眠程度已經更進一層，雖則經過很少的時候，而被術者感應暗示命令以後，再不會有破壞止動命令的狀態了，但是已經失去了自由動作的能力了。

第四期，強直狀態期。這時的被術者，受感應暗示命令的束縛，筋肉收縮，血行遲緩，呈現硬木狀態為

充分服從暗示命令的時期。

第五期，機械從順狀態期。在這時期被術者已能於催眠狀態中自由動作，不過須憑着暗示命令而行的，假使施術者授以汽鎗，命令他射擊，被術者即能開放汽鎗，放完，又應暗示命令而放棄，這就叫做機械從順，但是不限於汽鎗的，凡百機器，皆能感應命令而移動的。

第六期，錯覺幻覺盛行狀態期。這時施術者，若給被術者以幻覺錯覺之暗示，能令被術惹起幻覺錯覺的現象，而呈現種種不可思議的怪狀態。

第七期，繼續暗示盛行狀態期。在這時期，可施以繼續暗示的命令，被術者盛行感受，醒覺後，還記憶着暗示命令的範圍而奉行不懈。

(2) 李樸氏分爲六期，李氏和倍路漢氏自屬南喜派。其分期如下：——

第一期，恍惚狀態期。初入催眠，不行禁制命令的，祇可聽其若安睡狀況。

第二期，亦恍惚狀態期。不過較第一期稍進一步，故可稍行禁制命令。例如暗示說：君的兩目已經緊閉不能開了，若被術者果然閉目不再啓視，當暫停暗示，等待他深入催眠程度。

第三期，穩睡狀態期。被術者尚能自由運動，但當停止暗示命令。

第四期，深睡狀態期。這時默契初現，是感應暗示初期。

第五期，淺睡游狀態期。這時施以暗示，完全感應，依暗示命令而動作，待醒覺後，這種動作，還約略記

得。

第六期，深睡游狀態期。這時為催眠程度極深的終止期，醒覺後無記憶力，故再可以施用種種暗示，

(3) 大開路氏分為三期如下：

第一期，薄睡狀態期。

第二期，深睡狀態期。

第三期，睡游狀態期。醒覺無記憶，繼續暗示盛行。

(4) 西其司氏分為二期。西其司為暗示心理學的泰斗，對於催眠狀態，單憑記憶以為類別。

第一期，醒覺後記憶存在期。

第二期，醒覺後記憶不存在期。

(5) 摩洛氏分為二期。摩氏為德意志催眠學界的偉人，極端反對西其司氏的分類法，摩氏以為醒覺後記憶的有無，斷不能用作催眠狀態分類的標準，由是特揭其分類的主弊，第一期說，有意運動來變化的狀態，五感作用來錯覺的狀態。

綜核上列五種分期法，當推倍路漢氏的主張，最適合而最實用，其餘便是西其司氏的偏重記憶。當時已經摩洛氏駁辨，誠無俾實，但是倍氏的分期雖係準確，但催眠狀態未必人人若是，其中有已至六期狀態，而五期暗示尚不能行的，亦有已達第七期，尚缺少第六期狀態的，亦已達第五期，施以拍掌

的命令，不能感應的，這不能即指爲未達第五期，倘易以被術者熟習的機械運動暗示，必能惟命是聽。再者每一期的間隔時間，是假定而且非一定不易的，當依其催眠感受性的強弱臨時審察其催眠狀態，即可以明瞭其已達到第幾期了。

## 一八 暗示感應辨別法

暗示，是催眠的要素，在催眠術上占第一重要位置，故東西洋一般學者，咸稱催眠術爲暗示術，則催眠術和暗示，有密切關係，可以不言而喻了。要知暗示實爲催眠術的生命，無暗示，則催眠術根本消滅。有暗示，而後催眠方法存在。醒覺方法易行，然而暗示在催眠術上，果有何種意味能爲基礎？今用簡明來解釋它：暗示，是惹起被術者心頭一定觀念的導引線，因被術者的觀念種種不一定是由暗示性質，亦隨應用而有種種區別。試分析來說：一點，祝暗示，如被術者在催眠狀態中，手拿書信閱看，施術者令人送香茗兩杯在被術者的面前。施術者絕不說話，僅用手指杯茗而暗示時，被術者亦必取自己面前的一杯香茗飲喝，此即點祝暗示作用。二點，暗示，施術者用望遠鏡二只，放在被術者的旁邊，並不說話。先自己拿望遠鏡向東觀看，被術者亦作依樣葫蘆手拿望遠鏡照看，此即暗示作用。三點，勸戒暗示，如有好酒者矯癖在催眠狀態中告訴他說，酒能傷生命的，因你好飲過度，已經成了酒癆，若再貪飲不忌，你的生命危矣。被術者醒後，決心戒酒不再飲了。這便是勸戒暗示的作用。這種暗示作用，不僅

是催眠時有之，即平時也有人利用的，如拍賣人立在大眾的面前，拍賣劣貨，高聲叫喚着：「快來買，便宜貨，好機會，莫錯過」但各人已經看破他是劣貨，大家立志不買，忽然拍賣人暗中串通數人，突來爭買，竟能引動旁觀者，亦誤信爲真便宜，便相率購買，這就叫做誘引暗示作用。這種暗示實例甚夥，毋用再列舉。蓋人的意識，好像潮水的流動不停；而五官的接觸，在在俱能惹起暗示的響應。這等普通暗示，是主觀的，依各人自由的意情智而發動。而催眠術應用的暗示，是客觀的，由術者用適當的方法，惹起被術者的暗示感應。什麼叫客觀的暗示，司其司博士已經很明白地說過了，他所說客觀暗示者，是精神突入一種新觀念，其觀念始初則受多少的反對，其後便無是無非的容納。這話誠不錯，所以催眠暗示有三個時期的分別。第一是反對時期，含有多少的反對觀念。第二是容納時期，無批而受容的，第三是靈感時期，最後實現自動的機械的活動，但是欲收這第二第三期的效果，責任全在暗示的得法，今述暗示運用法的要點如下。

### 1 審察感受性程度

暗示的成功，必等被術者之感受性充滿而後可以，故未下暗示之前，必須審慎觀察被術者的催眠狀態，然則催眠狀態至若何程度，叫做充滿感受性，祇須審定其催眠狀態，已進至倍路漢氏第七期（見上一章第一節）若見他尚在倍路漢氏第四期，而誤認爲已至第七期，便施以幻覺或錯覺的暗示，必遭受大失敗的。例如投被術者以白開水而暗示他說，君試飲這杏仁茶，味道很甜美的。被術者飲

了他必定回答說，這是白開水，並不甘美。若是十分充滿感受性的，必跟隨暗示而起錯覺感應，飲之如飴，必如同術者的回答。倘在第三四期裏，誤用暗示而失敗，應當發禁制命令，暗示他勿開口，勿張目，增進其催眠程度，等到第七期而再施用適當的暗示，仍可以告厥成功的。

## 2 預備適當暗示語

感受性程度既已審定，應當向被術者實施暗示，但是暗示全憑着說話為成功的目的。假使任意說話，或是意思不明瞭，或是說話不確定，必定失敗，所以在練習時，必須將各種催眠適用的暗示說話，預為擬議，臨時又須審察被術者的口音，心理，程度，整備適宜的說話，例如不通文義的，暗示用科學的名辭，藉隸邊遠省分的，施以他省的上白，這都斷然不會明白的，故結果必不能感應，這條事理的定論，不關施術工夫的深淺。所以運用暗示的語言，有如下的注意點：

(1) 意思明瞭。術者發言暗示，必須明瞭被術者求教的意思，然後酌定用那一種言語，可以表現成功的要旨，使被術者明白滿意，使自然容易感受了。例如治療外症，須以「君的某症已完全治愈，君不再覺到痛苦」的暗示，被術者必能感到而消失痛苦了。

(2) 語意淺顯，則意思鳴呼，假如語意深晦，被術者聽到，因而語意不明，這也是暗示的不完全，不生效力。所以凡不能用簡括淺近的文言發表自己意思的人，學習催眠，必不易達到成功的地步。這不是功夫欠缺，只因所用暗示言語，不能使被術者明白接受而已。所以學習催眠的人，在平時應練習

簡括淺顯的暗示語言。例如治療神經病，便暗示說：「君之神經病將完全醫好了。」這樣的說話，自然容易令人了解。

(3) 直接斷定。暗示語言，須要直接而含斷定意味。如果語意含混，往往不能充分感受的。例如暗示受術者說：「你的病痛將逐漸消失了。」這話似深含混，不如直截地說：「你的病痛已完全消滅了，」反容易引起感應。事實是言語中有直接斷定的意義。

(4) 再三復述。暗示言語，不厭再三復述，必至受術者感應而止。有人謂暗示語言，祇須一次，如須再三復述，便是施術者功夫的不週到，或過于淺薄。其實這乃是門外漢的皮毛話。不是實在的言論。事實上，愈是催眠大家，對於暗示則特別注意，必不厭再三復述。但是應注意勿使被術人多聞厭惡，須達到目的則適可而止。

## 一九 辨別他人心理法

催眠的成功，心理作用實為元子。不過在失敗方面，也是因心理上的一種反觀念所釀成。於是施術者對於被術者，不得不審察他的心理狀況如何，假如含有妨害催眠成功的心理，必要首先打破了它，使他的心理改變，適當於催眠術的準備。這是練習時期的重要先決問題，現在將各種妨害催眠的心理，分述如下：——

## 1 反抗心

反抗即是反對，受術者既然具有反抗催眠的心理，未必會接近催眠家而要求施術，然而施術室中，頗多存有反抗心的求術者，這些人或因身患疑難雜症，或因有好賭嗜酒的惡癖，沒有藥治的方法，姑且來一試催眠治療法，心中以為一賭靈驗，抱必不能治癒的心。這種現象，是即有妨催眠的反抗心，足以阻礙施術的成功。催眠家遇這種人，必須在未施術前，窺破而斷定他，并用語言旁證糾正他的信念，而消釋他的反抗心，始可為他施術。若遇頑固迂執的人，不受矯正，寧可停止施術，乃為適當的處置。假如他假意嗚嗚求治，即憑自信力而為他施術，未有不遭失敗的。這不僅反抗心如是，後面所列各種心理，苟有妨害催眠能力的，皆須以終止施術來處置他。但是應該用好話推却，萬不可直言拒絕，因為這種沒表現反抗心的人，是不肯自認的。

## 2 好奇心

受術人的好奇心，也足以妨害催眠；這是什麼理由呢？因為那受術者好奇心勝，心理上必存有偷覘施術成功的決心，由是不易入深催眠程度，且有刁詐的人，假裝深催眠狀態，口誘術者的暗示。這種情形，在有經驗的催眠家，當然一目了然，立即揭破。但是後進的催眠家，閱歷未深，容易受他的愚弄，鬧成種種失敗的笑話。所以對於好奇心的處置，也祇有終止着施術的進行。假如自信有禁制這種心理的權力的，可以用禁制方法。至於法子怎樣呢？就是促進他的催眠狀態，直至倍路漢氏第七期，而後施

以暗示，自然會成功了。

### 3 研究心與批評心

假使有人懷着研究催眠學術，或批評施術高下的心理，而來求術的，他斷不肯把隱衷直說；勢必假借一事，詭言求請施術，倘使催眠家不加審察他的心理，貿然向他施行催眠，難有不遭遇着失敗的。須知催眠成功，全憑被術者心理上準備感受性的充分。如果被術者心理上祇準備研究與批評，感受性早已擯絕無遺；失敗自屬意中事。學習催眠的人，在施術時不可不詳細審察呢！

### 4 感奮心

催眠術的學理，是以平心靜氣，為感受的目的。假使受術人纔經過分的喜怒哀樂，心房受過極重的激動，數小時內不易平靜下來，在這個感奮時間，為他施術必不能感受暗示。要是勉強舉行，也徒博得失敗的譏笑而已。所以遇到這種情形，不如暫行停止施術，等到他感奮心寧貼後，再為他施術，必能得到成功的。又受術者喜笑不止，也能妨害催眠，施術者必先向他告誡。

### 5 恐怖心

催眠術是平和的技術，他並不用刀針，受術者為什麼會有恐怖的心理呢？查這種原因，都是由流言所誤，有人時會聽到愚夫愚婦說：受催眠的，在術後會短促壽命的，有時尚且會不醒而死，又有時會把心中的私事全盤託出。這種種的謬說，實不值識者一笑。但是不明心理學的人聽了，必定疑信參半。

一旦受了長輩的命命，或因特種原因，請求催眠家施術治病或矯除惡癖，他的心理上舊有的恐怖觀念，必然衝動而呈微弱的恐怖狀態，施術者必須先行設法消去它；首先告訴他以安全無害的原理，以除他的恐怖，再令他入施術室參觀，暗示感應的成功，以堅固他的信仰。但是被術者的強直不屈狀態，不應給他看見，因這種狀態，反足以助長他的恐怖原因。此外，另有一種威怖心和恐怖心是約略相似，實則適成反比例；因為威怖心因敬佩催眠術的靈異而生，大可利用他以促進催眠的成功。故當施術時，應要詳細審查明白，不可誤認的。

## 6 過分熱心

在催眠的時候，如遇被術者素來熱心敬佩催眠術，也足以為暗示感應的助力。但是其中亦有不同的分別：倘遇過分熱心，非但没有幫助催眠，並且有妨礙於暗示的進行。因為熱心過分的人，心理上充滿如何感應，如何成功的渴望，虛心平氣的狀態，斷然消滅無存，想他成功，豈是容易。故遇此種情狀，應預行明白告訴他，稍稍減少他心上的熱度，俾可得到相當的感受性，而容易成功。

## 二〇 辨別他人生理法

人身體上的生理，和催眠術也有直接利害關係的，例如腦弱失眠，脾虛下痢，皮肉腫痛等，俱足以妨礙催眠，所以催眠家，不僅單以催眠來治療疾病，應當觀察被術者的生理狀態。即一切催眠，都應當

注意他的生理。因此故凡練習催眠的人，實有兼習生理的必要。現在把在催眠學上，應要注意的各種生理要點，分別述說於后——

### 1 生理的辨別

(1) 屬於胃腸的 胃腸專司飲食的消化和排洩，施術者除治療胃腸病，當注意他的病源外，其餘在普通施術之前，須要避免胃部失飢過飽；如過飽，當延緩一小時，等他飲食消化後，再行施術，方才可以保安全而無失敗。如遇失飢，務須使他稍受飲食。因為這種失飢，不是因某種疾病不能進食，便是因其他障礙，故應吃進容易消化的食品，且食量也不宜太多。腸部應注意下痢腹痛，下痢務須在施術之前，令他大便；肚痛利害的，宜須設法醫好他，輕病的便無妨。總之，利用催眠為治療時，在施術的以前，終要使受術者大小便一次為佳，倘不如是在施術的中間，他突然要大小便起來，必致全盤失敗的。

(2) 屬於腦筋的 催眠和腦筋，有直接利害關係，故凡有極重的不眠症，或偏正頭風痛，或其他沉重腦弱症的，均須倚止催眠，除非先施以神經衰弱治療法，始可保痊癒，然後施以普通催眠，可告成功，但不能同時進行的，最少須有一二日的時間隔離。

(3) 屬於肌膚的 受術者的肌膚，苟有劇烈的痛苦時，腦神經因受他刺激而不得安定，突然施以催眠，必難感應；宜先以適合病況的止痛藥給他吃了，暫止他的疼痛，然後再行施術。這樣成功的

希望可以較多。西洋的催眠術大家，間有利用肌膚痛苦而施術的，不過失敗者亦見不少。如果遇有患皮膚病的，須要先使他舉行熱水浴，除去作癢的微生物，然後再施行催眠，成功定有把握了。

(4) 屬於精神的 催眠的成功要件，就是精神平和，如果還有剛吃過刺激物品或煙酒的，突然爲他施術，雖未必失敗，但欲使他精神潛伏，充滿感受性，就頗屬困難了。蓋因精神被食物性惹起興奮，一時不能平和所致，故宜延接片時，等候他的精神回復平和狀態；再行施術，定可容易成功。然則有時會遇到特別嗜好平時非狂飲不得入眠的，則施術時，當飲以適度的白蘭地酒或咖啡等物。

## 2 氣質的辨別

(1) 熱性胆汁質 受術者對催眠感受性的有強弱遲速的分別，實係因各人的氣質不一致；感受性最強速的，當推胆汁質。故凡具胆汁質的人，最易感受催眠暗示，催眠家可就外表上觀察這類氣質。這種人大多皮膚黝黑，鬢多眉濃，目光微弱，聲音重濁，體格長大，肌肉堅實，性情迂執。但神經又易於受喜，怒，哀，樂，驚，恐的刺激，施術者當特別注意其顯在精神，惹起其信仰的熱心，定可得事半功倍的结果。

(2) 鬱性神經質 具這質性的人，富於感受性，和胆汁質相類似，不過引人入深催眠程度，(即倍路漢第六第七期)較爲遲遲漸進而已。這種質性的表現，大抵而色蒼白，眉鬢及鬚皆稀軟，眼珠靈活，唇紅齒齊。男則神經敏捷，女則姿容美麗；但賦性大多機變奸刁，且多鬱性，極不易於對付，施術

者務須特別注意，應以極純摯的誠意，引起他心理上的傾向，然後再施於暗示，成功便可比較容易了。

(3) 浮必多血質 多血質的被術者，受術後增進催眠狀態期頗速，不過血多的精神少安定而多活動，暗示感受性因而薄弱，故催眠家宜預加觀察。這種質性的表現，大抵身長面白，氣色紅潤煥發，髮粗聲大，眼目精神充足，性情豪放強直，氣居散達，因此初步催眠，頗覺困難，施術時務須格外靜穆，並於施術的時候，使他先行深呼吸若干次，這就是對付多血質的特別入手法了。

(4) 冷性黏液質 人類的氣質中，祇有黏液質最為惡劣，這是全球生理學家的公認證言，這種人所有感受性微弱而遲鈍，故催眠家對付這種質性的人，頗難得適當的處置。這種質性的表現，是皮色灰白，髮軟眉疏，目光滯鈍而下視，齒牙斜歪，聲音重濁，大抵下部膨脹多脂肪，胆小如鼠，時常愁眉苦臉，不容凝集其注意力。對這種人催眠似覺困難，故首先應審慎觀察，而預為留意。然而施術若果適當，感應亦易；不過既入催眠程度，想他醒轉來，也是不易的。由是冷性黏液質的惡劣，學習催眠的人，實不可過于忽略他。

## 二 判定催眠深淺法

施行催眠術以後，被術的人初感應暗示，就叫做淺催眠；必要等候那人入於深催眠，才可施以最

高的暗示，而收成功的效果。這種催眠狀態，既缺少顯著的表示，而判定方法，各家諸說也不一，有謂舉其手腕，從他的支配能力上分別的；有謂使其掌置放於右手食指上，施術者用一指支其重量，告訴他一二三的口號，喝至三字忽然放去一指，從他的右手下墮不下墮上來分別的。這種方法，對於辨別已感應未感應，尚難得到充分的確證，若辨別催眠程度的深淺，是在已感應之後，絕對不能用這方法，當從其面部各種自然狀態上辨別的。今將有判定的價值，茲特分述於後。

## 1 面容的判定

我們的面容，在醒覺的時候，心中雜念紛紛，有喜樂則呈歡容；有憂怨則面帶愁容；面色好像春雲的變幻無定，一入睡眠，雜念全消，面容頓成板滯的狀態。催眠感應後的面容，形似睡眠，不過不是十分呆滯，自成一種恍惚的狀態，不起強烈的鼾聲，顏色比醒時較為淺淡，催眠程度愈深，面部血色愈淡。

## 2 眼部的判定

目爲心苗，是精神表現的目的物，故和催眠感應有極密切的關係，初感應則眼先起生理的變化，而漸漸閉合，及至深催眠則眼又起心理和哲學的變化，可由施術者的精神自由支配，欲啓則啓，欲閉則閉，遠視透觀千里，近視能察毫毛；欲其視若無見，則映入眼簾的事物，不生印象，直有不可思議的妙用。故學者對於眼部的辨別，更宜注意。茲將眼部由淺入深的催眠狀態，分折詳說出來：將感應時，開眼稍久而乏力，漸覺看一物恍惚成了二物，眼淚徐徐溢出目眶。初感應時，眼險壓重，目光恍惚。淺感應時，



圖二十第 催眠時之感應

瞳孔列蔽上眼瞼，眼瞼自閉。兩眼不能開。深催眠時，兩眼可以聽暗示命令而支配其開閉觀看。所當注意的，眼部的暗示命令，宜有次序，如以眼的開閉，試驗感應催眠的深淺，和用暗示說：「君眼已開，無論如何，皆不能開了，試開開看。」這是無關重要的試探暗示，初學催眠，往往不會留意先試開開看的暗示，被術者遂感應張目，及再與以「君的眼不能開，無論如何皆不可開的，試開開看。」被術者必定如前張目，但腦象中已印有第一次試開開看的感應而張目，不久又聽見同樣的暗示，遂亦張目了。初學患這弊病而失敗的，不勝枚舉，有志學習的，應特別注意，試開開看的暗示，只能用於不能開了之後，並不可重疊說的。

### 3 口部的判定

口部的催眠狀態，極容易辨別其程度的深淺的，感應催眠後的口，等於睡時，而異於醒覺，將感應口唇作有力的緊閉。初感應口的周圍肌肉漸弛，上下唇表現着自然閉合的狀態。進二期感應，口的周圍肌肉弛緩，閉口露齒。達於第六期深感應，口的周圍肌肉微微顫動。向來睡眠中漏鏡的，這時亦有口涎流出，則感應很深了。

### 4 鼻息的判定

催眠鼻息，和醒覺睡眠時的鼻息，全不相同的，蓋鼻息即係人的一呼一吸，當施術時，呼吸忽忽忽

緩，全無一定的。將感應呼吸特別延長。初感應呼吸徐緩而無力。深感應則吸氣長而呼氣稍短。

### 5 脈搏的判定

催眠術中的脈搏，必定較醒覺時弛緩。故將感應時，脈搏漸次整齊。初感應時，脈搏漸轉強實。深感應時，脈搏整齊而緩慢，並比較醒覺以後，大大減少它的跳動次數。

## 二二 進入催眠狀態的次序

催眠狀態，既有深淺的分別，而這狀態深淺的次序，必各有定名，俾可使初學的人，見到什麼狀態，就知道是深淺的程度；對受術者的一切，可以瞭如指掌了。現以合理的分析，分述如下——

### 第一期 淺睡狀態

初感應催眠暗示的被術者，半睡半醒，四肢五官的生理作用，雖然能夠活動，但是已非出於完全自己的觀念所支配，因他的精神已歸於鎮靜，雜念完全消滅，似是一個昏昏欲睡的人，舉動失却了自主的力量。在這時期，假使有人對他說話，還可以了解，這便叫做淺睡狀態。

### 第二期 深睡狀態

凡是一個人，在睡眠的時候，醒覺時所有的意識，完全消滅，毫無影跡。但在催眠感應至三四期間，被術者在醒覺時所存的意識，也是空虛而消失，所以叫做深睡狀態。這狀態不過與尋常睡眠截然不

同，尋常的深睡，只有自動的自由思想而成的夢境，而催眠中的深眠狀態，由術者與被術者間的精神聯合作用，發出種種被動的動作，與玄妙的功效，這點是催眠的能力，並不是被術者自己的實力，故雖是完全沒有意識，而依然會作有意識的舉動的。

### 第三期 強直狀態

受術的人感應催眠至第五第六期，呼吸弛緩，身體強直，或睡眠，或坐定，都好像泥塑木雕的偶像，所以他叫做強直狀態。他的作用是感應暗示，肌肉依命而收縮，精神却為施術者的氣合所貫通，故四肢五官的動作，全部都聽從了施術者命令。

### 第四期 眠遊狀態

催眠狀態到了極深的限度時，便叫做眠遊狀態。這時期能夠感應暗示命令，張目瞭望，雖去坐位，可以步行；或開口說話，直和醒覺時無異。不過他所言視，坐，立的動作，都不是出於自己的主意與作用，盡屬於施術者的暗示指揮，他猶如人在酣睡中忽與披衣下床，或於夢中與談話，或則夢遊名勝。凡這種種，俱屬幻覺作用，而深催眠狀態中的動作，完全和這同是一般，因此遂有眠遊狀態的名稱。

現在有一些說話，告訴各位研究催眠的人。上面所列四期的狀態，並不是催眠時一定所必經的階級，俗語所謂「人性的不同，猶如面孔。」因此感受性亦有強弱的分別，凡人的陷入催眠狀態，亦因人而歧異。或則催眠狀態，有絕不符合，前列次序的，約可得十之二三，餘則忽然深進，以後停止不進，

不現強直與睡遊狀態的原因，是由於那人的感受性強弱而來。但第一期第二期的狀態，凡屬感應暗示的，未有不呈淺睡與深睡狀態者。總之，一個催眠家的養成，務須有詳細的觀察眼光，隨時注視受術者的一切感應變異。

### 二三 施術前必具的規約

本書已有半數的文字，是解說一切催眠術的理由。想讀者在這一萬餘字的解說中，也得到完全的明瞭，並必能深深記憶着而沒有忘記。

在這裏，我們既明白了一切催眠的原理與作用，我們該要進行研究催眠時施術的方法了。

練習催眠的人，所有的思想態度，均已由上面一切文字中詳盡的解說，然而文字過長，於記憶上似是不能感便，故著者再綜合一切要點作施術前的六項條件於此，希有意研究者，切勿忽略之：——

第一條 宜修養自己的精神，使他威嚴莊重，並注意自己的人格，勿作無信譽傷道德的事情，以增受術的信念和尊敬。

第二條 勿存了苟且的心，要具備精誠所至金石為開的意旨，勿多疑，勿顧慮。

第三條 勿忘了催眠前對受術者一切良好的解說，並極力使受術者摒除自我，以便完全接納感應。又須取得雙方意思的聯合。

- 第四條 注意汝的受術者，是否有違反催眠的一切條件，例如故意反抗，假意，刺激過度等等。
- 第五條 宜選擇你施術地點的環境，空氣，光陰。
- 第六條 宜注意觀衆的心理，並警告觀衆須鎮定勿喧嘩以妨礙進行。

## 二四 施術者事前的態度

施術者除了嚴格遵守上述的六條規約以外，尚必須對於自己的面容態度有着重要的注意，茲  
摘錄日本田原先生的「催眠自我注意」於下——

- 第一條 自己要端正儀表，使服裝整齊，勿露蹣跚狀況。
- 第二條 不可着彩色衣物，衣服須以黑白二色爲最相宜。
- 第三條 施術前勿吸煙，勿喝酒，勿飲咖啡，以使精神過於興奮，阻礙施術進行。
- 第四條 舉動不可輕浮。
- 第五條 談吐宜精神，聲音勿過沉弱，亦勿過於響亮。
- 第六條 雙目尤須顯示尊嚴的光彩。
- 第七條 面目須要有威服人的神氣，但在威嚴間，時要向受術者表示和藹，使他不因畏縮而致顛倒。

第八條 勿過作恐嚇的言語，處處須說明催眠的有益身心，須要使受術者對自己如對師長父母一樣。

## 二五 如何使人陷入催眠

普通使人陷入催眠狀態的手術，我們通常在表演或電影中所見到的，大多是下列數種：

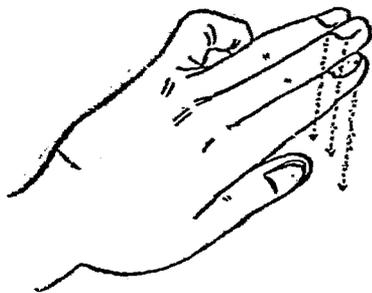
- (1) 按摩催眠法
- (2) 視瞳催眠法
- (3) 電鏡催眠法
- (4) 視指催眠法

然而除了以上各法外，尚有其他百數十種。至於爲什麼會有這許多的方法呢？在這裏我可以向各位道破其中秘密。所謂視瞳催眠法的，並非側重於視瞳的方面，催眠家不過利用了視瞳，按摩，電鏡，視指等等，來誘導受術者的心理與思想歸入信仰而已。茲將其各法的手術列后——

### 1 按摩催眠法

按摩催眠法是施術者用按摩的手術漸漸使受術者陷入催眠狀態的。在施行這術之先，施術者先要對受術者說：

「我現在要向你施行催眠術了，我的方法是用按摩來使你陷入催眠；我的靈感上所發出強烈的電子都借了按摩而溶洽在你的神經中，故所以我的手一觸着你就漸漸的感到疲倦而陷入睡眠了。現在你閉起雙目停止你一切的念想，你注意着我的按摩同時你要很快的感應了我的暗示而入了催眠。」



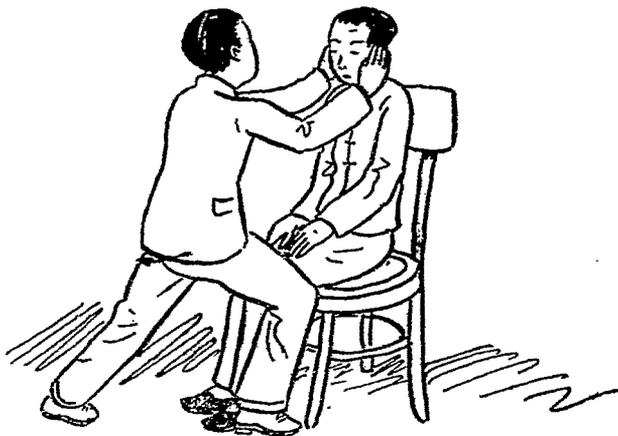
法手摩按 圖三十第

施術者說後，就使受術者閉了雙目用左右手向頭部施行按摩，漸摩漸下，直至受術者的兩腳而止。

當施術者在按摩的時候。其經過三次催眠暗示的程序亦當如上法，先必對他說：「你的精神感到疲乏了。」再說：「你將近入了催眠狀態了。」再次說：「你已入了催眠狀態了。」由這三次的暗示，受術者因受了感應，自然的會陷入催眠狀態之中。

至於這個方法，為什麼要用按摩呢？因為按摩是使受術者感到一種皮表上的敏銳接觸，由這種接觸的感覺就報告了神經系，於是心理便起了作用而漸漸感到疲倦並應了施術者的暗示。

有些人施術時用按摩催眠法。並不必一定須要由頭至脚的摩一回，他僅略略在髮額邊際撫摩而已。然而這種簡單的手術，並非缺少經驗者可以辨得到，同時又是陌生的受術者所易入催眠的。



第四十圖 按摩催眠法姿勢

按摩催眠的手法，並不宜過重，亦不宜過輕；最好是用指尖來揉撫。其揉撫方法亦不宜逆上，須順

着勢取適宜的地位而下，茲附手勢圖於上，其着力按揉處僅三指的地位，虛線乃是表明向下揉的指示。（此圖僅示一種標榜，其他方法施術者可從自己經驗得來。）

## 2 視瞳催眠法

視瞳催眠法是會受術者注視施術者的瞳人而漸漸受暗視陷入催眠的。凡用這個方法施術時的時

候，第一件事情當然是告訴受術者說。  
「現在我向你施術了。我的靈感是集中而注入你的神經中，故而在你看到了我光而有力的一雙眼瞳後。你就要漸漸陷入催眠狀態了。」

施術者說後，可以令受術者端正坐着，兩手於置在腿上，令其頭正向雙目注視自己的瞳人，這時施術者須要集中精神，用極端嚴的態度與表情注視着受

術者雙目，務須使受術者畏敬心所支配之下，漸漸地使眼蓋感到疲倦而閉上。

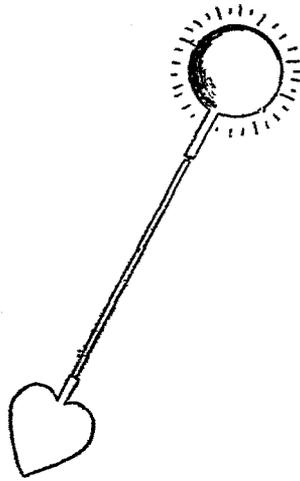
當受術者的眼皮漸漸垂下時，施術者是絕對不能自己煽動眼蓋以引起受術者中途醒覺的。在受術者方面，因感受了施術者的光閃閃瞳人所威迫，便不能支持下去，由精神的疲乏，於是乎雙目就將要下垂閉合了。其時施術者當要暗示他說：「你的精神疲乏了。」再等到受術者更疲乏一點又要暗示他說：「你將近入催眠狀態了。」及至受術者雙目完全閉合時，又暗示說：「你已入了催眠狀態了。」

受術者因受了施術者的暗示，因而完全陷入催眠狀態中，施術者在這時候，可以先向其行全身按摩，（方法列下章）隨着按摩又向他暗示說：「你已入了很深的催眠態度了。」這句暗示以後，受術者的催眠狀態更深了，並可以接受施術者的一切感應與暗示而發露於表情與動作之外了。

### 3 電鏡催眠法

電鏡催眠法的名稱，在一般不知其中真妙的人驟眼看來，必以為是利用一種像電術的機械來催眠的，然而事實卻不是這樣，這裏所謂電鏡的，卻沒有絲毫電力在內，也沒一種什麼機械，僅是一個如蛋形的彈圓白銅球而已。既然是一個銅球，為什麼又要叫它做電鏡呢？這當然是催眠家要使受術者的心理敬畏而已。

電鏡催眠法之先，照例也是要向受術者說明電鏡的作用與効力的。施術者說：



第五十圖 電鏡

「現在我向你催眠了，你知道了催眠對你的身心是很有益，故你必須完全摒除雜亂思想與自我觀念，誠意地依着我的指示而入了催眠。」

這裏是一個電鏡，光芒而有力的，我就利用了它，使你入眠。我的靈感是憑藉了它而貫進你的精神裏，你當可以得到一切暗示了。現在你端正地坐着，張目望着這電鏡吧！

說後，施術者就將電鏡送至受術者眼前約六英寸的地位，使受術者凝神注視着；約一分鐘之久，受術者的雙眼就感到疲乏了。施術者覺察到受術者略有疲乏，當即將電鏡迫近並暗示他說：「你已精神疲倦了。」等到他眼皮漸漸蓋下，就如上兩法的暗示一回，必能使他易入催眠狀態，而感應一切。電鏡在催眠中的作用，正如按摩一樣的：催眠家不過想藉它來集中受術者的精神，使其易於除去自我而已。故凡有高深催眠修養的人，不一定以電鏡；有些人是用鉛筆，有些人是用木棒，甚至有些人用紙條，不過是想借他以吸收受術者的心理而已。

衡山某僧人據人傳說他的木魚聲會使人陷入催眠狀態。以事理看來，這並不是一件奇事。這是和電鏡催眠法，視瞳催眠法，按摩催眠法的作用一樣的。要之不能催眠則已，若是能夠催眠，就什麼都

可以利用作吸引人們的心理與精神了。本法對下的視指催眠法也是這樣的。

#### 4 視指催眠法

在一般催眠法中，視指催眠法可以說是最易見的，不但在目前催眠有了相當普遍的時候，就是在從前許多的神怪小說中，也見到我這樣的描寫，例如：「他用手指向那人一指，那人便好像無知無覺的呆立着了。」這一例的故事，差不多談述神仙妖怪的神籍都有記載的。雖然它是一種無稽的傳說，但是製造這故事者也頗能明白可以利用手指使人陷於催眠的。

視指催眠法，其施術的手段與步驟，可以完全和上述的電鏡催眠法一樣。惟是在和受術者解說時，言語應作如下的變換：

「我來和你催眠了，你知道人體上的電子作用麼？現在我就用我的靈感，由我的手指上使電子放射至你的精神內。因而你就會感到極度的疲倦，終於陷入催眠的狀態。當我伸出我的手指向着你眼睛時，你必須依着我的暗示，摒除了自我的觀念，很快地入了催眠狀態呢！」

當受術者注視手指而呈顯疲乏之時，施術者也要把手指迫近的。據受術者醒覺以後說：「每當施術者用手指迫近時，手指即驟時增大，粗如電線木桿，漸向腦際壓來，終以受不住其迫力而疲倦入睡了。」我們由這番說話中可以看到受術者如何敬畏；同時，利用了電鏡與手指等等，是怎樣的易使受術者的思想集中。

使人陷入催眠狀態並不是一件難事，要利用手指與電鏡等等去使受術者集中思想也不是難事，其所難者，祇是施術者自己的精神修養，是雙方的意思聯合，是受術者的摒除自我。

故研究催眠的人，其有高深經驗學識的，自是不必選擇什麼電鏡法與手指法。凡是一切的器皿，差不多都拾起來便可應用。因為這種種的法子，其重要原因並不是在電鏡與手指或各種器皿之間，而全是在施術者的精神修養上。有些催眠法，不用器皿形式而用聲音的，這種催眠法大約有下列數種：

(1) 用唱歌使受術者入催眠狀態。

(2) 用談話或電話傳語使受術者入催眠狀態。

(3) 用擊物聲使受術者入催眠狀態。

這些聲響催眠法，其作用也是利用受術者的聽覺去集中思想於信仰上，式不同而理實如一的。茲更選萬能催眠術全書中的數種施術方法附錄於后，以備研究者作參證之用：——

#### 觸動催眠法

觸動催眠之方法。以施術者之指尖觸動被術者之身體令其催眠之法也。此法不論被術者之在何種樣態度，施術者隨時伸兩手而以指尖觸被術者之額前，即按而摩分左右，皆至耳而止；復集兩手於額中，再分左右手而輕摩，如是者數回，且暗示之曰：「將眠將眠」「將要眠」「將欲眠」「已

眠」已深眠」斯催眠矣。又以兩手指尖輕撫被術者之眠蓋，或以掌撫下被術者之眠蓋，或將其頭部與足端而輕撫之，便能迷於催眠。但此法雖以兩手施術爲本則，惟方便上以隻手爲之，亦無不可，而撫摩之法，間以他物代之者，如以羽毛代指，此法多用之於婦人中。然此催眠之理，由其觸動露起一種之快感，而生神祕的觀念，因施術者之觸動，至今被術者之注意皆集於所觸處，使雜念無由而生，漸至無念無想，於是生催眠狀態矣。

### 喝棒催眠法

喝棒催眠之方法。此法由施術者喝被術者曰將催眠，即令其催眠之法也。此一種法，非曾慣於被術者不可，又非敏於感受暗示者亦不可。施此法時，先令被術者安坐一所，閉目而使數呼吸，施術者待其心靜定沈凝，則暗示之曰：「我若大聲一喝催眠，汝即深深致睡矣。」於是正襟危立，運氣丹田，視其儀而急大聲曰：「催眠，」繼而暗示之曰：「更深催眠，」更三道之，而施用巴士之法，便能令其催眠矣。時或被術者，聞催眠之一聲，覺甚滑稽，因作色笑者，常常有之。故施術者，務要作莊嚴之聲調，勿令其作反對之觀念，庶幾成效也。此原理是在暗示強烈，遂令一切雜念頭，止而不生，故能施其催眠也。

### 觀念催眠法

觀念催眠之方法。行是法，則先令被術處於安靜之地位，而使閉目，並暗示之曰：「將眠將眠」不離念此，又念「頭部之血徐徐下墜於脚」且繼念再念之而不止。施術者將此暗示須其念念不忘，

久成觀念。而催眠之法亦因之而成矣。但暗示之時，可將「將眠將眠」之言，而易之以「必靜必靜」。「將沈靜更將沈沈靜」反覆深念而不止也，如能依念行之，精神自然沈靜。一切聲音亦不入於耳，疑己身以爲既入穴中，全失外部之雜想，而深爲之催眠者也，又能將斯念深成觀念，則覺己身飄飄若羽化，而成催眠狀態矣。此種原理，其肉體無因其所欲而成變化者。是從身心相關之理而釋之。

#### 放香催眠法

放香催眠之方法。此法以精香之氣而聞之，令其催眠之法也。即如以香水麝香之類，取其適度使嗅分時間，而後加以誘導催眠之暗示，便能易入催眠矣。僧之有坐禪之時，必燃香，亦合此理，如被術者之中其或有過於嗅覺之銳者，若以施術者之口臭感於被術者而妨其催眠，故在施術者嘗未行術之前，自爲清潔之。或含解臭之藥丸，如口香糖之屬，即器物亦清潔之，而後施術以放香自易記效矣。此法之對於催眠，其力頗弱，但行催眠時，可兼而行之，作爲補助法，亦未嘗不可也。此原理因香氣而經集其精神，防止其雜念，而誘於催眠者也。

#### 搖動催眠法

搖動催眠之方法。此法將被術者之身體全部或一部，搖動極微，而今其催眠之法也。例如婢僕之促兒睡時，故作微動者，亦合此理，是法先令被術者憑椅閉目，而施術者以兩手加之於被術者之肩，而左右或前後微搖之。且暗示之曰：「忘其肉體只覺有心而已。」頃之又曰：「將欲睡眠。」「其已眠

矣，「漸欲深眠，」如是暗示，則自然入催眠術矣。行此法用平常之椅子亦非不可，但有高等理髮店用力椅亦可，或齒科醫療用之椅亦可，此之原理，是因被術者受術者搖動而集己之精神於一方，至令不生雜念，同時舒張筋肉，使身體血管張開，血液流下，遂成催眠也。

叱咤催眠法

叱咤催眠之方法。此法是叱咤被術者而催眠之法，被術者中間有爲兒戲也。多輕視所爲，至令難於催眠。當此之時，施術者須正容色。對被術者言：「汝能信吾之言乎，信則施術。否則不施如何。」被術者應之曰：「不敢不信，請施術。」施術者又云：「如是則將行之。」於是向被術者催眠，時或見被術者懷疑，或妄思批評之頃，施者輒厲聲曰：「汝既不能信守吾所言，則吾不施術。汝身終不免於不病，」被術者聞喝不敢自作妄想，即爲之改容沈着。施術者乘此一剎那間，即暗示之曰：「更深催眠，」被術者即應聲催眠矣。例如有一父命其子做事，子厭之不聽，父則厲聲曰：「汝必往做，不做將鞭。」即持鞭以示威，子恐懼不敢違命，勿勿從事，此同一理也。即以威壓而矯正其精神，故行此法，施術宜在被術者之上而過於優勢者亦可，如父之叱咤其子則可也。若小學生之叱咤恐警之屬，則無威壓之可加，便無奏效矣。是故施術者先察被術者之可受叱咤否而後行之也。此法之理，在叱咤其孤疑之精神，而歸於誠信之心，使無生雜念，而致其身於無念無想之域，以成其催眠之狀態也。

合氣催眠法

合氣催眠之方法。此法以合氣術而令催眠也。先令被術者憑椅而坐，施術者離其六尺之遙，而暗示之曰：「我大聲一喝，汝即閉目催眠矣。」且令被術者專視施術者，作大呼吸，而施術者直立不動，左手垂直右手舉置頭上，運氣於下腹部，熟視被術者，待其精神沉定，觀其呼吸，即應其呼吸之機，努氣一喝，是謂合氣術。施術者同時暫垂右手，而被術者即為閉目催眠，施術者徐行至其前，而暗示曰：「更深催眠」反覆言之，遂應暗示而催眠矣。

#### 計數催眠法

計數催眠之方法。此法施術者先為暗示被術者曰：因計數而催眠，而後施術者高聲唱數，今其催眠之法也。先令被術者處於安舒之位，使閉其目，而暗示之曰：「我自唱至十，汝聞十字則精神困倦而催眠矣。」於是施術者徐徐唱之，計至九時則暫停之，急而努氣唱十，其音尾又引長些，自能催眠，更為一暗示曰：「更將深眠更深眠」再三道之，而更下撫之，便可深眠也，如有習練是法者，喝一二三即已受感應而成催眠矣。此法非有曾經受催眠者或敏於受感性者不可，故可兼用之於他之催眠術而後可也。

#### 強激催眠法

強激催眠之方法。此法是忽然加強度以刺戟被術者，而令其催眠之法也。凡催眠可分為二大種：一為徐徐誘導而催眠者，他為忽然而催眠之法也。此強激催眠法屬於後者，此法先令被術者處於

安靜之位，使閉眼默坐，施術室則光點電燈，忽然息之，全令室黑暗，示之曰：「始催眠」，「更深催眠」，又忽然打銅鑼，而後暗示之曰：「將催眠」，「更深催眠」，便能催眠矣。此原現實與聞電之聲，警而不省人事，或忽遇人在前，閃刃恐喝直迫，則身軟莫起，亦同理也。當其不意而忽然加之，以最深之刺戟，何其無雜念所生之餘地，即加暗示，以促催眠也。

藥石催眠法

藥石催眠之方法。此法是借藥石之作用，而令催眠者也。即以藥石之丸而變化其生理之機能，使陷於睡魔狀態，而施術者加以誘導之暗示，此等催眠是於感受性之鈍者，或受外科手術之際，限於醫生而後能行之，若作醫者行之，則違反醫師法而罰之，罰此法本爲外科施術時，使受者感覺不痛而用，但以被術者因感受性之鈍，不能感應於無所感之暗示，又不得行數回催眠之餘暇，當此之時，不得已而用此。藥石之催眠法耳。然被術者之中，不知藥石之效用，及不知哲學與科學，而應用之催眠力，則過信藥石之功，而濫求藥石之催眠，欲得深眠之法，此其感矣。是故外科手術之外，不必用藥石催眠法。普通病症決絕不用藥石，而可以催眠治之，如醫者欲用迷藥，施催眠者，必於未施術以前，先與被術者之親人相議，受其承諾，並令其親視，而後可以行之。迷藥中以（奇羅之奇倫）之吸入，最爲有效，當吸時必暗示之曰：「將欲眠」，「周圍之音漸不覺聞」，「己不知各物」，「更深催眠」，「雖深眠而我之言常可聽得」，如是者反覆道之，自能令其催眠，但不令其至於純然之睡魔狀態也。或有以睡眠藥代迷藥

者，則不必商諸其親人而後用之。催眠劑中以（至露苛拿命）（臭素拿多命）（抱水姑羅濟路）（摩路施尾）（姑羅叨頓）等，爲普通之用，此等藥品初只取其一而服之。——（藥之量因被術者身體之強弱與乎性質之若何，而後爲之加減，始用少許，若無效，而後遞加至於合宜爲度。）令被術者仰臥於牀，閉其目，施術者用撫下法，且暗示之曰：「將欲眠更深眠已催更欲深眠」反覆道之，則藥石品與暗示之作，遂令催眠矣。此種原理，是用藥品而生種化學的作用，又成生理之變化，而加以關於心理的言語之暗示，令其感應之，即能使施術者與被術者成拉卜之關係，而至催眠者也。

#### 電氣催眠法

電氣催眠之法。此法是用電氣而催眠之法也。電氣可用乾電，或平流亦可；如乾電則發一種嗶嗶之聲，此聲又可以誘導催眠，先令被術者平臥，令閉目施以微弱之電流，而通於其兩顳顬動脈，而令被術者計息算決，加以誘導催眠之暗示，即能令催眠矣。或可向其足尖而通電亦宜也。此種原理，是因電之通覺，遂生者溺，使被術者頓起神秘的觀念，因之血液之循環，亦以活潑而生快感，故雜念亦止，成一無念無想，（即顯在精神）遂成催眠也。

#### 溫涼催眠法

溫涼催眠之方法。法將寒天時，坐於煖爐之傍，或倚薰籠之前，便不覺睡眠矣。或遇天熱入於通風之室，即感其清爽，使心神活潑者此法是經驗於此而得者也。故立於冬夏之時而施行之，如冬時先

令施術室溫暖，使被術者靜仰臥於牀，用煖爐溫其足部，蓋以輕被；施術者用煖器溫其兩手掌，待其煖則輕輕按摩於前額與指尖或足尖，和以微動凝心力而暗示之曰：「將眠將眠」則可催眠矣。但不必專行於冬時，而天寒時即可以行之；故遇寒時，而以煖掌按摩人之前額或指尖與指尖，此亦一種之催眠術也。若遇夏季則開放南窗，置被術者於安靜之位，而暗示之曰：「將眠將眠」，「既將眠矣」，「已眠」，「更深眠」如是反復道之，若被術者而感熱，流汗則以扇揮之，如有電風扇，更爲妙矣。此是施催眠之補助法，可前兼用之。

此法之理由，其要點則在不寒不熱之度，爲催眠之至宜。此時則合於生理的法，而與快感止雜念而催眠也。

面鏡催眠法

面鏡催眠之方法。此法是用面鏡而催眠之法也，將施術室之左右壁張一大鏡，自前後裝置一導光線之處，天井亦用鏡補之，令被術者觀左右鏡，而鏡中人只施術者與被術者二耳，但鏡面相對，彼此相映而影後重，重使視者自覺神祕的觀念，竟至無想，便問其病源原，遂置於牀上，令仰臥之，又見天井之鏡照着自己，初則令開大眼觀之，次則漸微其目，後閉之，如不閉者，即暗示之曰：「閉目催眠」且以指細歷其目曰：「將眠將眠」，「將欲眠，更深眠，又以巴士之法以遠其催眠，此之原理使被術者之精神注集於一物，令其勿生雜念，換言之，如一物示之以集其精神之注意。則終後便此一物亦忘之而

不能見，此即成催眠狀態也。

#### 旋指催眠法

旋指催眠之方法。施術者將右手之二指及中指伸直，其餘之五指則堅握之，以其所伸之二指與中指之尖，輕撫被術者之額上而作螺旋狀，且凝精神力而暗示之曰：「將眠將眠」「將要眠」「已漸眠」「更作深眠」催眠法於是成矣。但作螺旋狀而輕撫之處，不限於額前，即按摩頭部或腦後，或背部之等處，亦無不可。如臥時則不能撫背，婦女則難撫額部，故因時而方便耳。用是法而為催眠之理由，因輕撫而作快感，其注意則集於撫摩之處，而止其雜念，遂至於不識不知無念無想之故也。

#### 集注催眠法

集注催眠之方法。大凡心理上所觀催眠無一不用此法，但此節則專論之，而主方於是法以行之耳。施法時，念令被術者橫臥，撫下數次，其後掛催眠治療具於兩足之間，而以毛巾掩之，且暗示之曰：「舒緩身體之筋而忘其身體」「除雜念而鎮定其心」「常常注意於足尖所掛之物」「頭上之血直流下部」宜反復如是念之。又暗示之曰：「頭血直下於足」「常念頭之血直下於足」又更暗示之曰：「手足皆已重矣」不願舉動精神漸覺昏迷，四處之聲雖聞亦不關心更覺定靜，便能催眠矣。

#### 移念催眠法

移念催眠之方法。此法當被術者之思念事物時，即為轉移其念，乘虛而令其感暗示，遂又於催眠之法也。先令被術者仰臥於牀，或憑於椅，令閉目養靜，又執其一手而高舉之，且暗示之曰：「汝手下，則漸催眠矣。」然而被術者到時不下其手，以其思念不能易下耳。此時在施術者，即向其下垂之手背，故作以指畫一四方或丹形而念被術者記念之，彼欲記念時，不能同時記手之不下，此因忘卻反抗之故，是以所舉之手不覺而垂下矣。此時施術者勸聲暗示之曰：「手已如暗示下垂矣。」四面之聲入耳，亦自能催眠矣。」「汝之手因暗示而下，汝之身亦因暗示而動。」「更深催眠矣。」自能催眠矣。然觸被術者之地位，非限於手臂背，即在前額或耳孔與足亦可，然以足底為宜，其原理在所有神經過敏之處，以觸覺較之，而集其精神，令無暇以思念別事，而雜念亦不生，待其精神有空虛之時，直翰暗示，使其感應而成其催眠也。

上面所錄的各法，有些在初習者本來不合用，因為要使相當程度者明瞭故附於此。

這種方法除了可用諸於表演以外，並可以用在治療的。近來有許多催眠術家，由自己的創作，而發現了許多使人陷入催眠的手術，然若推發其作用，總不外是誘導兩字而已。故所以明瞭高深技術並有良好修養的人，一定不是要個個於陷入催眠的方式，隨時均可由自己的意旨而施術了。

在明瞭了一切陷入催眠的手術以後，最好是時常換擇受術人以試驗他，俾得可以看見自己的進化程度如何。

又嘗試驗施術時，每逢着陌生的受術者的第一次，最好是用電鏡催眠法以使他入於催眠狀態中；因爲電鏡可藉着一種神祕的作用去控制受術者的思想活動，並使他易於發生信仰的決心。催眠最難得可貴的，祇是令受術者有受術心理而已，若能對此有相當把握，真是永無一失的了。

## 二六 特別催眠法

上篇已述明催眠術的施術法，并又引錄催眠萬能全書中之某一部份。茲尚在此處附錄催眠術全書各項特別催眠法，以爲研究者的參考：

### 1 瞬間催眠法

本法能在一分鐘內，使被術者感應催眠。始創此法者爲精神學大家無鄰氏，見者莫不驚爲神技。這法成功的原理，由在被術者的信仰而生預期作用所至。本來受術時人人心中心中有一催眠的觀念，故能感應暗示。而本法的效力，祇要受術者心存一速催我的觀念，就可成功，其成績最優的，祇要一分鐘，普通約要五分鐘，但是必須此人十分有信心，或先講催眠故事以堅其信仰（見前）始令他平心靜氣安坐椅中，再給他暗示說：「你看見我的指，餘物皆不見，當即閉眼睡去。」說時伸兩手，各把大拇指食指遮住被術者的雙瞳，不住上下其指，愈快愈妙，可不碰他眼臉，約一分鐘，信仰堅的，已催眠不能再啓眼了。倘遇不即感應，再暗示他說：「你的眼不能開，瞬間已罷術催眠了。」反覆五六次，又對他說：「果然催眠了，你即欲張眼，也不能了。」如果不張眼，已告成功。但亦有雖則感應，緣閱時未久，仍能

張眼的人，術者即把兩食指輕壓其眼險，使他閉合，而對他說：「閉眼勿開。」繼續再暗示說：「懼吾術了，眼不能再開了。」說完，見他漸呈催眠狀態，又暗示他說：「深眠了，深入催眠狀態中了。」此法的成功，責在被術者的信仰心，苟遇被術者心存反抗，雖二三十年的催眠大家，亦難收瞬間催眠的效果。故說此法似易而實難。

## 2 懷疑者催眠法

此法專施於有懷疑心的被術者。其懷疑的原因，基在曾聞無稽的談而起。或則懷疑受術後精神永久衰弱，或則懷疑術後，如西醫割治時上悶藥，竟有不能醒覺的。此種謬見，固不值識者一笑，但是既有懷疑，何必請求施術，要知若輩的來，大抵迫於家長的命令，並非出於己意的，於是爲此施術，必先去其懷疑心，方有感應成功的希望，此爲不二法門。其法先用一感受性高，極易催眠的模範被術人，施術使他深入催眠，并演各種神祕現象，如天眼通等，繼續即施醒覺法，恢復本來面目，而使懷疑被術的人，在旁參觀。其人見此種狀況，必生奇異的心，懷疑不期然而忘去，反引起一種信仰心，雜念亦即暫歸消滅，術者乘此機會，向他宣告說：「催眠術的神祕，你已盡見底蘊，懷疑可以完全消釋了，我爲你施術，亦可如若人深入催眠，領略箇中不可思議的奇趣。」其人聽後，預期感應的心，油然而生。術者即令他閉眼安坐椅中，與他對面立，向他捏促進催眠手訣，並統一精神，集注心力而暗示他說：「聽我一喝催眠，你即身體不能動，直入催眠中了。」說完，充實丹田，觀察被術者的精神漸漸沉靜。俟其呼氣的時候，運

用氣合貫注其腦部，并從丹田中，發出一種沉着不浮的喝聲暗示說：「眠」。「催眠」。「果然眠了，深入催眠狀態中了。」聲音不宜過響，反復說他，被術者鮮有不感應催眠者，此法的效果，在於參觀時，懷疑心已漸消滅，此所謂見獵心喜，惹起預期作用，乘機施用氣合催眠，故得收完美的效果，倘一時不有機範被術者，祇可代用口頭陳述，或講述催眠故事，或詳述催眠學理，然而耳聽不如眼見，效果不及參觀施術的宏大。

### 3 遠隔催眠法

本法一名遙制催眠，術者與被術者遠隔數百數十里，不必見面，而能使他感應催眠，不過當施於信仰催眠，感應極易的人，若施於從未受過催眠術，術者不知其感受性的若何，斷難收效。其法，距離較遠者，寫一催眠信，寄達被術者。實施此法，不外治療與矯除燥賭癖，此書說：「我將在某月某日上午某時，在某地爲君施遠隔催眠法，治療君的病症，（或矯除君的惡癖，）因兩地睽隔過遠，時間必有參差，吾已將日用的手錶，向郵局時鐘對準，君亦宜先一日將手錶就近郵局對準時刻，及屆約定時間，君預行大小便，然後半時仰臥睡榻，摒絕雜念，行深呼吸，并自行計數其鼻息，自一到百，週而復始，我在此時與君施術，君即感應遠距離的暗示而入催眠，而深入催眠，及後更要注意我的醒覺法，感應醒覺，君的病即得告痊，（惡癖即得除去，）末書某某奉君家長面囑謹啓」或另由其家屬附函，更爲完美。被術者方面祇要須屆時照信而行，施術者先期持手錶至郵局對準，屆時入施術室，面向空榻而立，統一

精神，凝集心力，閉眼遙想被術者橫臥榻上深呼吸，如在眼前，（術者須與此被術者見面過，若不是，索取最近半身照片，并問明其現居住某處某街，担任某種職務，倘係親友或曾經感應催眠的人，可操成功左券了。）然後啓眼向空榻行離撫催眠法，繼行相當的療病催眠法，（相當云者。如函中寫明治療痔瘡，即施用痔瘡療法的類。）最後向空榻行心理醒覺法，即閉眼凝想被術者果然醒覺了，由榻上起立，其病已治愈，自信力必須十分堅決，萬不可於施術時疑慮遙隔數百里，未必能感應催眠。然而對面催眠，固可自信，而遠隔催眠，憑何學理可以自堅信？要知催眠術，惟憑一種精神感通作用，而精神能力，絕不受空間與時間的限制，既用通函切囑，遠地的被術者，以時腦筋中已留有感應催眠的印象，施術者故能閉眼集注意力，使精神起波動，而與被術者遙應，其比例與磁極的吸力，電流的傳聲，正復相同，絕對非迷信妄言，實含有哲學的原理，但是此種催眠，何以成功者祇有十之三四，其失敗的原因有三點，一、因被術者不信任，屆時未曾照書行事，此為失敗的唯一原因。二、因被術者感受性薄弱。而術者與他又素昧平生。三、施術者自信力不堅決，苟能避免上列三點，則雖遠隔數百里，祇須兩地時刻無參差，兩地如在一室。

#### 4 人不知催眠法

本法，係使被術者不自知催眠，而令其羅術催眠的方法。前述各法，俱令被術者起一種預期作用，方達感應催眠的目的，惟有本法絕無預期作用，故稱人不知催眠法。不過此法流弊滋多，學者只能作

正當用途。苟作邪用，勢將危及生命，並非本法的能害人。實因用本法作奸盜邪淫之媒介，致踏法網，而罹殺身的禍，用特預爲學者鄭重聲明，毋貽後悔。本法施術，不在施術室，而在遊戲場。茶寮酒肆，及火車輪船中。假如術者擬向對坐某甲催眠，不令其覺察，術者充實丹田，運用強烈的精神力，直實某甲，俟其不語不食，精神寄貼時，用不出聲的腹語暗示說：「君欲眠了，」「君眼閉了，」「君眼閉了，漸入於催眠狀態中了。」反覆作點語，那人遂漸羅術催眠，於是欲其舉手，祇須凝神向他舉手，彼亦舉手，把手下垂，彼亦垂手。各種催眠以後的暗示甚夥，因有闡礙，略不詳論。此法行於火車輪船中，更易見效，蓋因輪機聲車輪聲，俱屬大好的催眠器械，可借其聲以增進狀態的。此法大都於同伴中行的，以資遊戲，無傷大雅，若施於陌生人，似非相宜，因易啓人誤會而生是非，並且過目的地，以遊戲而傷公德，殊非君子所爲的。

## 5 雜念者催眠法

此法專爲浮躁好動雜念滿腔的被術者而設，唯一目的，先去其雜念，而後施術，故引入施術室，使他直立，暗示他說：「你手前舉，兩掌互握，向右旋轉二十次，由慢而快，由快而慢，」暗示畢，即喚「你速旋轉，目前定有不可思議的奇觀。」被術者必聽其言而旋轉，迫轉至十餘次，身體必不能自立，中心一切雜念亦必完全停止。術者立即用兩手扶其安坐椅中，并即與他暗示說：「你的雜念已消滅，精神沉靜了，閉目無念無想，感應催眠了。」說完即用兩手作行撫下法，兼察他精神，果然沉靜，再與他暗示說：

一、腦血由上漸下降，眼瞼不能開了，眠了，深入催眠了。一如此誘導，被術者必能感應而入催眠。此法的功效，重在被術者的自行旋轉。若不旋轉，雜念紛擾心頭，無論如何誘導催眠，俱不生效力。著者經過數十次的實地試驗，莫不這樣，苟遇雜念多而感受性不弱的，當旋轉後，立即施用氣合催眠，可收一喝即眠的效果。

## 6 多數催眠法

本法創自美世美路氏的弟子。初時用一種器械，譯名叫扒開，其形彷彿搖紗盤，總端一分端二十，端各有柄，術者緊握總端，命多數被術者各執一分端的柄，人數不限定二十術者執總端搖動，執分端的人即齊入催眠，此乃感電的傳達作用，當時咸目為奇貨可居，不料旋為一般電學家所見，不學催眠，而單習此多數催眠法，竟然成功，於是扒開的價值一落千丈，遂由暗示，能同時使多數人感應催眠，不過不宜於壯年老年，最適宜的為學齡兒童。故實習此法，當用未成年的學生，人數少則十人，多至二十人，最易成功。此法令多數被術的人，同坐一室，分一排最多分兩排，室宜靜穆無聲，禁止窺探，參觀人祇可默坐被術者的背後，毋許咳唾談笑。術者立在多數人前的中央，距離尺許，令各人平心靜氣聽其講催眠故事，資料必要含有能整被術者的信仰心，并增進多數人的預期作用。譬如向多數學生催眠，可選每學校有愚笨學生五人，兩次留級不得昇班，各自羞慚，後經余與他施術矯除笨性，啓發聰明，嗣後智識大開，成績為全校冠，今日五人中已有三人畢業大學，取得博士頭銜了。如此講述，聽者未有不增

進預期作用，希望自己感應催眠。術者講時，必須莊嚴鄭重，精神統一，目光常常遍及全數被術者。講故事後，即向眾被術人說：「你等摒除雜念，我將用極神秘的心力作用，同時催眠諸君。」講時兩手捻促進催眠手訣。只暗示說：「諸君一律閉眼，無念無想。」反覆三四次，目光檢察眾人，有無不曾閉眼的，苟其有的，目力注集他的面上，而暗示他說：「靜心閉眼。」這時多數被術者一律閉眼了，遂運用腹力而暗示說：「心力已遍及諸君了，多數催眠了。」說完，口中作鼾聲的熟睡聲，約二三分鐘，即龍力丹田發一極強的氣合，而暗示說：「諸君皆閉眼不能開，一律感應催眠了，這人眠了，那人也眠了，在座諸君無一不眠了。」是為觀察諸人中有無未曾感應者，苟或有，即施用靜心閉眼暗示，并向他捻暗示感應手訣，且令張目者閉目默數自己的鼻息。不消片刻，即得全體同入催眠。

### 7 強迫催眠法

強迫催眠法，亦為不願受術，而強迫使他感應催眠的。其法是利用藥物，使迫其睡眠，而後誘導他轉入催眠。所用藥物，如麻而起內，苦路路呵林等，俱屬麻醉劑頗多危險，非兼精西醫者，不能擅用。故不詳其法，不如上的轉氣法為穩當。

### 8 自己催眠法

此法，乃是術者自己催眠自己的稱謂。本法不難於初步淺催眠，而難於深催眠中的觀念感應，完成矯癖透視（即千里眼）等各種催眠現狀。初步催眠方法極易極多，茲舉一最見效的法，速法如下，

術者仰臥榻上，耳中無人聲刺激，目中無光線射入。而手置身畔，雙拳握緊，兩足伸直約四五分鐘，拳足徐徐放鬆，使筋肉舒適，旋又握緊伸長，鼻中並行深呼吸，默計其數，自一至百周而復始者十五分鐘，改行靜呼吸，不必計數，心中起一種血液由頭部下降到足跟，顯在精神漸歸沉靜的觀念，反覆思想數次，手足徐覺不動，呼吸漸覺緩弱，於是心中無念無想，專心集在鼻息，默計呼吸的數，旋自陷在催眠狀態中了。凡修養功夫極深的催眠家，於自己深催眠程度中，然和遠地的親友晤談，能得千里的能力，遠視遠地的風景，家庭的近況，並能自己覺醒，此皆潛在精神作用，醒時不宜太驟，須依自己醒覺法，按步而行，惟實驗此法，有應注意的要點三：一、宜於沐浴後行。二、施術室宜遠離市喧，避去光線照射。三、本人宜有堅決自信力。

### 9 幻覺催眠法

幻覺催眠，純係神經作用，有消極幻覺，與積極幻覺的分別，屬於消極的，實地存在，知覺感動不存。在屬於積極的，實地不存在，知覺感動存在。凡神經病的，知識變異，即是此種幻覺與上的錯覺，合成的自動幻相作用。本法為被動幻想作用，實驗本法，比上法更深一層，故必在極深眠遊狀態中，纔可施術，亦須依次漸進，先試目的幻覺。若係遠客思家，來請求施術，欲與家人晤面，即可用此法慰他，因其人存有信仰心與預期心，祇求感受性不十分劣弱，未有不成功的。先如法誘導他入於深眠遊狀態中，再用一種簡單的錯覺催眠探他，（鼻的錯覺，最為合用，取其施術便利而少帶遊戲性質緣故。）若不能感

應，再向他行離撫法及撫下法，誘導他入於深眠遊程度中，再用錯覺催眠探他，定能感應，旋用目的幻覺催眠，暗示他說：「尊夫人來了，現在在你的面前，你可和他暢談心曲。」尊夫人三字是假定的，或換令兄令弟，或用普通稱呼說，你家親人來了，不感應則複述，如能感應，面部必現笑容，唇脣微動，作囁囁私語狀，此為一種正當用途的幻覺催眠，其他用途甚夥。如用把矯除躑穴踰牆的邪行，先暗示說：「你的情人現在面前，你何以閉口不言，祇須發言輕微，無人聽得的。」被術者即作欣喜狀，口唇掀動，宛若談話。術者又暗示他說：「你背後有一大漢，手持白郎林作準備狀，你若不逃避，生命危了。」被術者必迴首反顧，面現恐怖狀，離坐遠室狂奔，窗戶須關閉，否則必向外逃去，術者即用高聲止他說：「你右手五指已中彈落下了，速歸座，我為汝敷藥療治。」被術者即停步愕視右手，憂形於色。術者誘導他歸座，用白絲巾包裹他的手，而暗示他說：「受此大驚恐，牢記心頭，醒覺後不可忘却，立志改邪歸正，免肇巨禍。」說完，即速醒覺法，醒後問他催眠中狀況，必能說出無誤耳。此幻覺催眠，可於絕世無聲音時，使被術者如聞電聲，炮聲，唱歌聲，全憑術者的精神與命令所支配，若暗示他說：「天地昏黑，大雨驟至，你可聽得隆隆的電聲嗎？」此種實體，須在光線微弱的施術室中舉行，反覆說二三遍，被術者感應回答說：雨聲急而雷聲愈響了。術者又暗示他說：「霹靂一聲，震動屋瓦，你可聽着。」被術者即掩耳說：「可怕，可怕的雷聲，將震破我的耳鼓了。」術者又示他說：「現已雨收電止了。」被術者始垂手。此項聽覺實驗成功，以下各法，可同時舉行。不過每一種實驗後，須為他行撫下法一分鐘，促其仍入眠遊狀態中方可再

行施術。口的幻覺，術者用空杯近他口，而暗示他說：「請君飲咖啡茶。」被術者即張口啣杯作飲茶的狀態。術者問他說：「茶味若何？」被術者徐答話：「甚香。」術者即連施以鼻的幻覺實驗，將空杯近其鼻，而暗示他說：「此係極濃烈的亞母尼亞（毒藥名）君敢嗅麼？」被術者立轉其頭，用手自掩其鼻而答話：「不敢，毋惡作劇，請速移置遠方。」術者以杯投助手，再實驗手的幻覺，暗示他說：「你的左手背被蜜蜂蜇了，蜂尚未飛去，你覺痛麼？」被術者即現感痛狀，用右手疾撫其左手背。術者遂暗示他說：「蜂已被君捕得了。」被術者急揮右手作擯蜂狀，右手背漸現紅腫，宛若真被蜂刺者。術者遂撫摩其腫部，而暗示他說：「蜂毒已消去，腫部平了。」約五六分鐘，其手恢復原狀！此法療病催眠，亦有用的，可收轉地療養的功效。此法的原理，蓋因眠遊狀態中，被術者精神潛在主動的感覺機關不惹刺激，只有被動觀念所起的現象。故五管知覺，一時可由術者任意支配，一般催眠大家，能令被術者與其亡妻亡友談話，實即幻覺催眠作用的，本實驗成功，即可召鬼與人談話，決無失敗的。

### 10 顛狂人的催眠法

本法專為顛狂病者初步催眠而設。療病催眠法，蓋因顛狂者症狀不一，有文癡，武癡，嚇癡，等名稱，而尤以武癡最剛強，若用普通手術與他施術，莫說必遭失敗，並必受其凶毆。本法專用對付此項武癡的。其法有二：一、用繩索令其家人將其兩手兩足縛住，惟須寬緊合度，不到受痛。二、用哥羅方（西藥中的劇烈麻醉劑），使他聞嗅，不過含有毒性，易肇危險。故用第一法為善。既經束縛，術者即向他下暗示

感應手訣，繼行撫下法十餘次，留意勿被其咬手，要的狂人，不能與常理論，術者當臨時酌定，宜用何項催眠法，自己可免被狂人所嚙，而可誘導其入於催眠，一方令助手站立其後，兩手壓他以防意外，即用藍色電燈作催眠球使其凝神，兼施用暗示誘導，方可成功。然而費時間，必較常人增加二三倍。因其癡念志忑，不受禁制，難入於無念無想之境。術者必須抱持特別忍耐心，振刷百折不回的精神，猶循善誘，終得告厥成功。然須症輕而初起者，終能見效，若係久年老顛狂，百藥無效，以致菽粟不辨，自食其污者，雖呂祖復活，亦難療其夙疾，則術者自度無療治的能力，宜從早謝絕，勿待施術失敗，而後揮他於門外，反致受人話柄了。

## 二七 施術以後的按摩方法

受術者既已陷入催眠狀態以後，在普通的催眠中，必須實行全身按摩一次。而這裏的連成法中，尤是必要。

為什麼催眠後要實行一次全身的按摩，這就是使受術的血液得以暢流，脈管伸放，腦部的血液得以向下體注落，腦部血液減少，是無想無念中的必要條件！這是在上面已經講過多次的。現在為要使陷入催眠狀態的人，得以更深的眠態，故必須用按摩以扶助其血液的自力進行。

催眠後的按摩方法，絕對不能用力過甚，其次序與局部當然由上而下。茲將步驟列下：

(1) 太陽穴按摩 施術者用左右手按摩受術者的太陽穴，左右約十次，均由上而下。

(2) 臉部按摩 施術者用左右手按摩受術者的面頰，由眉角直至下顎，左右同行均十餘次，並由上而下。

(3) 頸部按摩 用左右手分按摩受術者的頸子左右部，由耳後至肩際各十餘次。

(4) 兩手按摩 按摩四肢與身軀均可隔着衣服，惟衣不宜過厚，力須較重。先按摩其兩臂漸至平背，左右各十次。

(5) 胸腹按摩 此項按摩，若表演時受術者是女性，並且在大庭廣眾的場所，可以省去他。惟求精神治療時即不可減的。按法是先由正胸至左右乳直至丹田，次數也是十次左右。

(6) 腿部按摩 若表演者是女性亦可減去，惟求治療者即必須實行。按法是由腿腹接折的地方直至膝蓋，左右亦是十次。

(7) 足部按摩 和手部按摩相同。

(8) 全體按摩 由太陽穴直接至兩手，由胸部直接至兩足，可行一次，或二次。受術者被按摩後，施術者復須對他暗示說：

「我現在已和你按摩了，你更感到全身舒適了，你的催眠狀態更深入了，你將因此而收到無限快樂，你將因此而收到許多康健。」

這樣的暗示後，便可以再暗示其他的動作與表演或治療等等。

## 二八 暗示的方法與醒覺

我們要怎樣暗示呢？不必再詳論，大家都可以知道全是精神的作用。

凡施術者要使暗示有效，必須具了最大的決心，集中整副精神，以求靈感貫聯於受術者的神經上，暗示時施術者應有的態度，便是慎重，集中思想，不苟且；目力全注在受術者的頭腦上，口閉而用想念來說話。暗示的說話在施術者發放出來，雖是無聲無響，然而精神上卻要像發軍令一般的威力。尤其是絕不能作半吞半吐的狀態。

我舉一個比喻在這裏，假如有一隊軍官對他的部下發出預備作戰的命令；軍官是用睡矇矓的狀態說話，不要說軍士們會減除作戰的勇氣，就是素來所無的畏懼心也會因之而生的。這一場戰的結果如何？恐怕正像了軍官的精神一樣下場呢！反之，軍官是雄糾糾的，聲如洪鐘地宣佈命令；他的部下也自然雄糾糾地預備了決死的心。今所述的施術者也正



第六十圖 揉按術者使醒覺

如這樣，豈是奄奄一息的暗示可以使受術者感應得到麼？

催眠後醒覺的方法，自然也是用暗示以傳達，當催眠完結的時候，施術者說必先要說：

「你的精神漸漸恢復了，你已漸漸醒覺了，你是多麼快樂康健啊！」

這個暗示發出以後，施術者可以用手揉按受術者的髮額，約十數次，又暗示說：「你已醒覺了。」一息間又說：「你全醒覺了。」受術者於是漸漸醒覺。但在醒覺以後，切不可即時使他作過烈的運動並過飽的飲食。

## 二九 世界催眠派別略說

明白了催眠，熟習了催眠以後，必須明瞭，世界所流行催眠的派別，俾可作更深切的研究。遠在三千餘年以前，希臘，羅馬，猶太，埃及等國，已往盛行着變形，易性的異術，它就是催眠術的祖宗了。其後，那種異術，隨了時間流傳廣佈，派別分歧，這是理所當然的。所以後來歷代東西洋的著名催眠術家，各有心得，各有發明，他的施術方法，亦各有不同，可以見到這種技術絕對不是機械式的魔術，而是一種切於實用的神秘科學。因為它不是機械式，故可以專心憑了毅力而研究，無師亦能自通。現在將東西洋各大催眠家的派別及施術方法，分別舉述在後面：

### 1 美士美路派催眠術

美士美路氏，是十八世紀以前的催眠泰斗，本書第一章所說的動物磁氣說就是所發明的。他的催眠方法，施術室構造精巧，四壁全裝明鏡，好比現在最高尚的理髮室一般的裝璜。其中有異香焚於爐中，令助手在鄰室奏幽雅的音乐，先使被術人入施術室中稍稍歇息，其人入這特別裝璜室中，必生奇訝的觀念。這時，美氏並換最華麗的裏服，把榮譽勳章掛滿在胸前，糾糾而入室中。他所以這樣的是專為引起被術者的信仰心而已。他初步的催眠法，屢把兩手置被術者的兩肩，由臂腕到指尖，周而復始，向下撫摩，移上手指不觸着身體，即是普通所用的撫下催眠法，這方法創自美氏，故有美路法的名稱。至於他的治療疾病方法，也以撫下法為目標，最後手部按患部起微震，即可告成功了。美氏對於多數人的催眠，勢不能一一為之舉行撫下法，於是他又發明一種百騎催眠法。他的能力可使三十人同時共入催眠。所謂百騎，是一種鐵質圓形器械，周圍有鐵條數十根，中央有可以旋轉的鐵棒一根，今多數被術者各伸一手執鐵條的一端，閉目環立，氏以手執鐵棒旋轉，擦及被術者的手，便一一感應而入催眠，這方法便是傳達磁器的效果了。

## 2 布力特派催眠術

布力特氏，是十八世紀英國的外科著名醫師，他由學術之所得，知道催眠治療疾病，是可以補醫術的不足，便專心去研究，不久，遂成爲一代催眠大家。他發明一種有光體的小器械，即現在催眠界所用的催眠球。布氏爲人催眠療病，先用這球，令患病的人注視着，他警戒受術者不可動轉眼睛，只須數

分鐘，患者的視神經疲勞已極，瞳孔特別放大，淚點奪眶而出，遂施以單調子催眠暗示，漸漸誘導其入於深催眠，再把治療病的暗示來感應他，收效至為速廣。他的方法所以能有這樣的成績，因為他能深探明白病理生理，臨時向患者探向病源，了解根本問題，故能有這樣的迅速的功効。

### 3 卑路艾羅派催眠術

氏的催眠術方法，和別人不同，他是側重手術，而不重語言暗示的。他初步施術時，係用中空的金屬板，中貯以適宜溫度的溫水，好像冬季婦女所用的溫水袋，不過物係金屬質製成。他把這板放在受術者的腦部，但溫度須先行試準，不覺過熱，才能惹起被者的催眠狀態。有時常施此法而不感應，他就將自己的手掌入溫水中，助長溫度，然後再拭乾緊按被術者的前額，并用熱水袋溫暖他的兩腳，必能達到催眠的目的。氏的發明此法，係由實地經驗而來；蓋人當冬夜奇寒，睡後不暖，必不能入寐，假使頭足兩部溫以熱水袋，就可以酣然入睡了。氏即利用這原理，增進催眠程度，故收效至佳。

### 4 路衣司派催眠術

氏是著名的神經學者，担任巴黎慈惠病院的醫務，發明一種省時間，節勞力的催眠法，且能使多數人同時感應催眠。他的方法是用兩個十分速力的小鏡，聯成一起，可以相回轉，令受術者注目凝視這鏡，不可以瞬動眼球，不久，目力疲勞，遂施行暗示說：「君的雙眼重疲了，可以閉目了，目閉了便不能閉，入催眠狀態了。」他用這種暗示後，受術者就當然陷入催眠中了。

## 5 賓林呵路派催眠術

氏的催眠法，和烏亦太司拖利派相似，不過施術手續較烏氏簡單。氏的目的，側重準備，凡人求教催眠，必有所求的目的，如療病矯癖等，氏必詢問至為詳盡，務將病原病狀，并有無遺傳性，平日起居狀態等，一一加以深切問明，擬定施術的方法，然後導入暗室，命被術者平心靜氣，安坐椅中。施以凝視催眠法，倘不感應，先以暗示誘導他閉目催眠，然後以撫下法來促他呈催眠狀態。

## 6 烏亦太司拖利派催眠術

氏的催眠法，以堅人信仰為目的。他最初本用言語催眠法，屢遭到失敗的結果，他在憤慨之餘，致力於研究。他在練習時，以助手作為受術者，不論施以何種方法，俱能迅速感應，得到圓滿的良好效果。他為普通人施術，與以言語暗示，往往不能感應；至於對於助手諒由他信件堅實，故可以無投不應；普通人信仰不堅，反存疑慮與恐怖心，實為失敗的大原因，於是他先行堅人信仰法，將施術室隔為二重：先在第一室中，施術於感受性極高的助手，令新來受術的人在旁參觀，誘起他的信仰，消息他的驚疑，然後導入第二室中，使他安坐。氏和他對立，命他張目凝視氏的眼珠，室中光線黑暗，肅靜無聲。及到了見受術者眼起疲勞，氏則以兩手加在其額上，合閉他的眼瞼，由兩額及兩肩行撫下法，多至十餘次，撫時由輕而重，由重而輕，未有不漸漸陷入催眠狀態的。

## 7 力起愛拖派催眠術

世界催眠術大全

氏的催眠法，含有強迫性質，施於感受性弱劣及存疑慮心的受術者，最為適合。他的方法以兩手緊握受術者的兩拇指，向他的手上施以單調子的壓力，約經過十多分鐘，受術者漸覺頭及臂腕沉重而現疲勞的狀態，這時，氏即放去他的兩指，把兩手在他的眼前，由上至下，行單調子撫下法（僅撫他兩眼的上脣，向下閉合。）着手要輕，祇輕觸到上眼脣，受術者即感應而呈催眠狀態了。

### 8 富亞利亞派催眠術

氏被譽稱為催眠界的急先鋒，是最拿手用氣合術的催眠大家。他施術的方法，運用氣合，全神貫注被術者，並大喝說道：「睡了，」便能使人立即陷入催眠的程度中。但是也有人立即感應的，他就預伏助手在施術室的間壁中，突然發出一種巨大聲浪。或以巨板擲地等，使受術者聞聲驚懼，他就乘這時暗示他說：「睡了，閉眼遠睡了。」這種方法，祇有氏一人能夠進行順利，別人要學他，殊難於成功。須知此法不重喝聲，而重氣合，惟能運用氣合，使被術者精神感受，然後才可收一喝的成功，若不明氏的氣合方法，則此喝的一巨響，受術者安能感應；假如在大喝之後，再助以其他大的聲浪，即反會促促受術者醒覺，這時，要更換其他催眠法，亦不再感應了。因是氏的派別，世上罕有人能夠明瞭或學習。

### 9 亦司多羅派催眠術

氏的催眠術，和各大催眠家迥向不同。因為氏的施術，自始至終，不用言語作命令，施術時絕無聲息。當時，氏被世人譽稱為無言催眠家，最為奇怪的，便是氏的治病方法也不用言語，又不用藥物，然則

究竟靠些什麼以治人疾病，試將他施術的始末，詳細說明於此。凡求教氏的施術的，非求治病即求矯癖，氏引導患者入他光線黑暗的施術室，未入室之時，預先叫他入室閉目安睡，故引受術者到寢榻，不必發言，患者即閉目橫臥榻上，氏就俯僕上身，頻頻吹氣息在患者的額，由額到眼，約一小時，被術者必入催眠程度。室中既無日光和燈光，氏到底怎樣檢察催眠狀態呢？他實在是靠了聽覺的作用，靜聽受術的呼吸，愈緩愈長，整齊而無忽快忽慢的差別，即是深入催眠的佐證。如若發出大鼾聲，便是混入睡眠的現象。氏把兩手放在受術者的肩上，稍壓而撫至指尖，次撫胸部，（婦女除外）復置手兩肩，動搖而撫下。被術者即變為純粹催眠，鼾聲不作，氏就將手按他的患病處，施以按摩，必能十分奏效了。

## 10 卑龍海炎派催眠術

氏是南西派的著名人物，他的催眠與治療，善用演說以誘起被術者的信仰；療病時則先令患病者參觀他治療催眠，那人眼見到病除的效果，必釋起預期作用，兼足消覺其疑慮與恐怖。這時，他遂向被術者演說道：「催眠治病，取用心理治療法，能力更較藥物療法偉大，不感痛苦，不礙安全，猶如在睡眠恍惚狀態中，而所患的疾病，必能減輕以至於痊癒。」受術者先見他治病的成績，再聽到他演說的玄妙，凡通情理的未有不發生堅決的信仰，預期感應催眠，以收治療的良果。氏就乘此時機，施以凝視催眠的暗示，（凝視法和下節李播氏相同。）倘反覆施以凝視而不感應，則集注心力於兩眼，而再以暗示說：「眼臉重了，下壓不能開了，你的手足也覺沉重而不能動了。可以睡了，果然入睡了。」同時又

兼以兩拇指徐徐將其眼險閉合。如係療病催眠，他的手續尤為敏捷，凝覺三四分鐘，施以前述的暗示，不即感應，便以手指輕輕閉合其眼險而暗示他道：「你的眼已不能閉，無論如何皆不能閉。」暗示二三次，漸漸低聲說：「睡了，快快睡。」因此，受術者便呈催眠狀態。

### 11 李播派催眠術

氏是創開南西派的催眠泰斗，氏所發明的催眠方法，即是對視催眠。受術者平心靜氣，安坐在椅上，氏兀立在他的面前，距離不得過五寸，令被受者凝視自己的眼，不得自由閉合，氏自己亦注視受術者雙目的上臉，久之，他雙目必感疲勞而欲睡。這時，氏即進行暗示說：「你的眼重了，神情恍惚而倦了，閉目呈已入催眠的狀態了。」他這種步驟的演出，受術者未有不感應的。

### 12 天勝娘氏的催眠術

氏是日本的女催眠家，後和天祖師合組魔術團，獻藝於東京帝國大劇場，所演連環魔術催眠，頗能轟動觀衆。於是聲譽鵲起，各國咸爭來聘。實則氏的催眠術，只能寓目騁懷，不能以之療病矯癖，一般催眠大家，咸認他爲器械式的魔術催眠，雖有驚人演出，却不俾於實用。她的施術方法，擅用離撫催眠。最足引人入勝的，莫如空中立；人氏使她的助手兀立檯上，兩肩下撐以竹竿，氏遂集注意力，以離撫催眠法，導使他入於催眠，然後去了檯子，兩腳懸空了。再向他舉行離撫二三分鐘間，被術者頓現出強直狀態，旋將兩肩下的竹竿一併取去。其人即懸立在空中了。氏又把竹竿在被術者的頭上足下及四週

環繞一遍，以表白上無繩懸下無撐物，但據催眠大家云，這並不全是催眠，而帶有充足的魔術氣味。

### 13 金文弼氏催眠術

氏是名震全球的催眠大家，足跡徧各國，到處均能博到熱烈的歡迎。他的催眠方法，純用心理的雜撫法，并兼用撫下法。誘導受術者呈強直狀態，然後即以各種驚人技術加到他的身上，例如腹上擊石，槍彈射腹等，衆目昭彰，並非偽飾，而醒覺後受術者毫厘無傷，並不知腹上曾經擊石與着彈，金氏又可自己催眠，實施口凝焊錫，（此法魔術中亦有，但和催眠不同。）齒嚙火鐵等各種驚人技術。總之金氏的催眠術，從有用藥物以保護肉體，不致被熔錫等所燙爛，而鐵針穿，臂，利刀割肉等，絕無點滴液血流出，這實在是心理催眠的最高尚者。氏的技術，堪稱爲驚人催眠法，不過不得到他親傳的秘訣，斷不容易成爲真催眠的。

### 14 熊代年太郎派催眠術

日本已公認催眠術爲醫科之一，因是醫院醫校中，皆特設有催眠一科。氏即東京公立內科醫院的催眠術主任，對於催眠治病，實有不可思議的神秘能力。一般輕病家經他治好的，不知凡幾。所以他在日本受着大量的人稱奉爲催眠神聖。氏的施術方法，令人平心靜氣，安坐在椅中，務使全身放軟舒泰，氏則側立在他的右方，把左手輕壓受術者的額中，右手的大拇指無名指，與小指，握住左手掌心中，食兩指下墜，正當受術者的兩眉中間。即令受術者目不轉睛，注視兩指，約數分鐘，受術者目現疲勞狀，

呼吸漸漸變深，氏則以養調喉音數其呼吸，每呼一次氏則扳一，呼兩次則扳二，順數而下；感受性強的，約數到三十餘次，感受性弱的，約數至七八十次，則受術者的眼球上插口唇落開，呼吸益形延緩，氏遂以催眠暗示，鮮有不成功的。氏的催眠優點，在於不浪費暗示與語言，必待受術者已經疲倦欲睡時，才乘機投以睡眠的暗示。且暗示的言辭簡單而效力大。堪稱爲東洋派的最完善者。氏的藝術，至今尚流行於各島之間。

### 三〇 催眠術在今日的中國

我國催眠術，似係古時已有的方法。催眠術一名，確係由東洋流入。催眠術最盛於我國的時期，即爲民國七八年間至十四五年間，當時在上海一隅，則有鮑方洲氏所主持的催眠術研究學會，及余萍客氏所主持中國心靈學院。當時，該兩院員生甚多，而關於催眠的催眠術研究亦如雨後春筍。及後，鮑方洲氏因另有所事，放棄其傳授催眠的學院，於是上海一隅，僅有余萍客氏所主持的一院而已。余氏所授弟子至夥，其著作物的最負盛名的，亦有「電鏡催眠法」一書，迨到民國十六年，該院似漸呈衰落狀況，其後不久，便寂然無聞了。中國的催眠事業，至此似轉入消滅的狀況。

最近，在中國談催眠的，已如鳳毛麟角，雖有一般深諳催眠的人，但是因信會人士對催眠的信仰減低，以致大家都毫無進展，各自沉默而不作任何活動。

反觀日本三島，其催眠技術的發達，殊為驚人。至今已普及於一般醫學院中。雖然催眠對國家民族的進展或復興上，並無任何鉅大影響，然以學術界的立場而言，一技的得失，每每可使後人惋惜，或減削國家文化的光輝。

催眠在今日，實在不容再讓他陷入衰微了，凡研究催眠的人，大家都要拿出一點勇氣來，恢復那民國七八年至十四五年間的興盛狀況，且更加擴大他，使他可以為後人造福。

## 附錄 中國古代仙家催眠法的研究

催眠法流行於我國極早，我們可以由許多野史傳說中讀到，不過那時，尚沒有催眠的名詞，而各發明的人，亦各自訂定各種驚人的名號而已。例如迎神賽會的仙人臂（詳見本章第五法），明明是「一種自我的催眠，但人們偏偏說他是由神仙的護祐。又如茅山神術中的「刺筆」、「自斫」、「走刀」等，都全是和今日的催眠術無異，可是因了那時尚無催眠其名，發明人又不肯把自己的技術估計得太平凡，故而偏向於神怪方面了。

這種被人視為仙法的原始催眠術，何以不能像西洋的動物磁氣術一樣的廣為流傳呢？其中是有著一個最大的原因：西人不尚鬼神，而且人均存心為社會人羣服務，故稍有發明，必不敢自私，公開於世，俾各科學家或哲學家可步其後塵互相研究，以求更大的發現，及收最大的效果。可是反觀我國

民衆，數千年來均迷信於鬼神，隨處均可見到鬼權高於一切的現象；無論什麼事，人的威嚴總給鬼神佔奪了。譬如某人有某事發明，必不能引起人們的敬仰和驚異，設使將發明牽上一些鬼氣，馬上就會轟動萬人空巷。這並不是編者說得過甚，讀者諸君大概曾經見過不少牽涉鬼神的事實了。由這鬼權的支配，於是使一切化成神祕；事情染上神祕，就反使發明者失去造福大眾的公德心，因為神祕是寶貴的，公開是平凡的，事一公開便沒有了神祕，少了神祕便不能使人敬服。人人皆抱有這種觀念，自私自利的劣根性就佔據了人們的胸懷。因是發明家要使人信服，就必得賴鬼神以使命情神祕化，事情愈是神祕化，自私自利的心亦愈加緊要。既有了自私自利，誰還肯把權威的工具去公開呢？

中國人一切都是自私的，所以一切都不肯公開。一切都永沒進展，甚且一切都失傳。有了這種原因，中國於是永遠趕不上人家，永遠着落伍的生活。

古代仙家的催眠法，他非但發明深奧，功效偉大，而且術理的精深，每每超過今日一般催眠術，可惜他就在這一羣自私自利者的中間，輕易而埋沒了。

所謂古代仙家的催眠法，他能流傳到今日的，可謂絕對沒有。不過藉了各種古典或小說中，尚能約略得到他們描寫演出的情形是如何。然而這種種描寫的文字，祇能拿來作參考而已。要是想拿來做技術原理的研究，則似為簡單不足。

五台僧人釋慧明，藏有手抄的古代仙家秘法一冊，民國十四年，編者因遊五台，與他相遇之下，得

見該秘本當時曾得到他的同意抄錄數十則藏於篋中，今選擇他和催眠法有關的四則轉載於本書之末，以爲研習催眠者作研究。

下列四法，因所抄的原本，字跡被虫蛀去，編者又不便隨意添加，故依原缺用方格以代表，希讀者明察。

又原文共有二十法係文言。今亦依照之；每文的題目上均冠以篇目及一朱紅印鑑，印係陰篆篆書，闊邊中有「峨嵋玄虛卷」五字。

#### 第四法〔東閣師傳〕

##### 借草擋傷

歌曰 天機神妙本無窮。

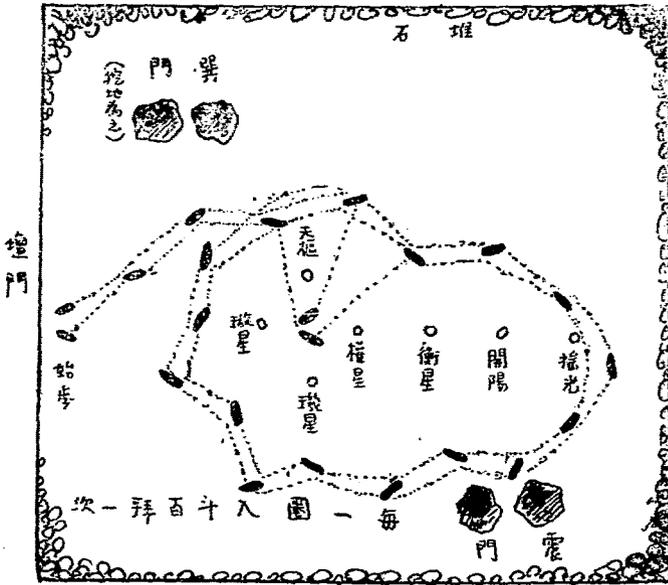
靈心一點萬物通。

東方雨。西方風。

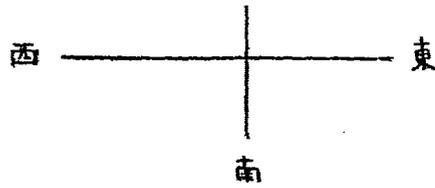
脚踏北斗步口重。（此字尚有蛛絲可尋似亦爲「步」字）

擇一吉日。務必東方降雨。西風吹來。面朝天關百拜。急趨至荒山中。四顧無人。始可堆石爲壇。鑿地爲北斗。壇寬一丈有二。斗星挖深約二寸。每星中置油盞。燃之。是時。因西北吹來。斗星之燈。蕊必粗始明。燈既明後。可依下圖踏步。每一步一咒。咒曰。

圖置位(星罡天)斗北中壇



世界催眠術大全



天急急，地急急。風雨兩調合。東方一顆星。西方一月明。靈心一點靈。寬得天門路。求乞甘露草  
青青。

踏斗七次。每次如燈數念咒。七次畢。可□地百□拜□。再朝天闕叩□□□。百次後。再依上圖踏步。每一步仍如前作一咒。如是踏拜不止。直至斗中之燈油盡。始事畢。收回燈盞。並在每斗星之燈旁。採青草數株。歸家陰乾研末。封入瓶中。逢朔攜瓶朝北放。百□□□。朝南放。亦百拜。經朔望七次。草末可用矣。其用法以草末和濃細辛汁。遍塗於身上。與人交戰。戰時。急呼借草當頭。則拳棍不能傷矣。

編者按：查此法所用的草末，實完全無特殊功效，他既少去配合的藥物，又沒有真正擋傷的作用。所謂踏壇百拜，東雨西風等，無非是一種精神自信的修養，使習者將整個的精神聚集在「不受傷」的三字上，再以「草末」作為堅固信仰的暗示。故設使法子真真靈驗，亦與自己催眠無甚差異了。

#### 第五法〔宏智師傳〕

神仙臂

歌曰 千筋神。萬筋神。

代我担當鐵臂伸。

銀針穿過銅皮表。

不流血點不留痕。

咒曰

風柔柔。吹去痛和憂。

海胆山心呵大地。

半點紅血亦難流。

橫一穿。直一穿。穿龍穿虎穿河川。

東西南北來力士。

黃巾一覆萬筋懸。

先念上咒至透熟。再備長細銀針二支。封於黃巾神壇之前。每日焚香頂拜。至七日。可取銀針備用。其拜針之法。

第一日齋戒沐浴交午時拜之念咒百遍咒畢拜亦畢

第二日齋戒沐浴交子時□□念咒百遍咒畢拜亦畢

第三日齋戒沐浴交寅時□□□□百遍□□□□畢

第四日齋戒沐浴交申時拜□□□□□□□□亦畢

第五日齋戒沐浴交亥□□□□□□□□□□

第六日齋戒沐浴交未□□之念□□□□□□拜亦畢

第七日齋戒沐浴交丑時□□□□□□□□□□亦畢

七日拜畢。用黃紙封針密藏。及□取出。如條自□□母容向黃巾再拜。如用者他人。須齋戒預向黃巾禱拜數日。至演神仙臂之時。演者用檀香湯沐浴。用上好燒酒擦臂至滾紅。另備新銀針數枝。引以紅線。將演者之小臂皮表拉起。不放。至演者手感麻木時。先行將曾拜壇之針刺過。如痛。再力拉出臂皮。臂麻再刺。如無痛感。可急將其他針引線穿過。演者目不可視。口中念上咒不止。穿畢。臂下。懸以巨錫爐。提起行走時。心中默念下咒聲急。

咒曰 黃巾力士法通天。

信士手中比鐵堅。

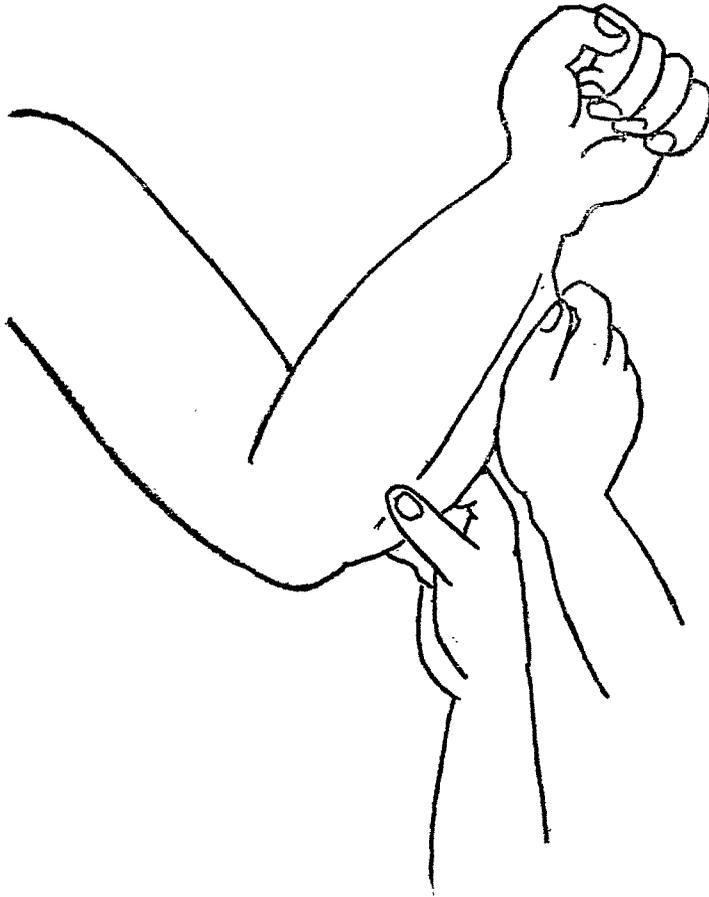
一步行。

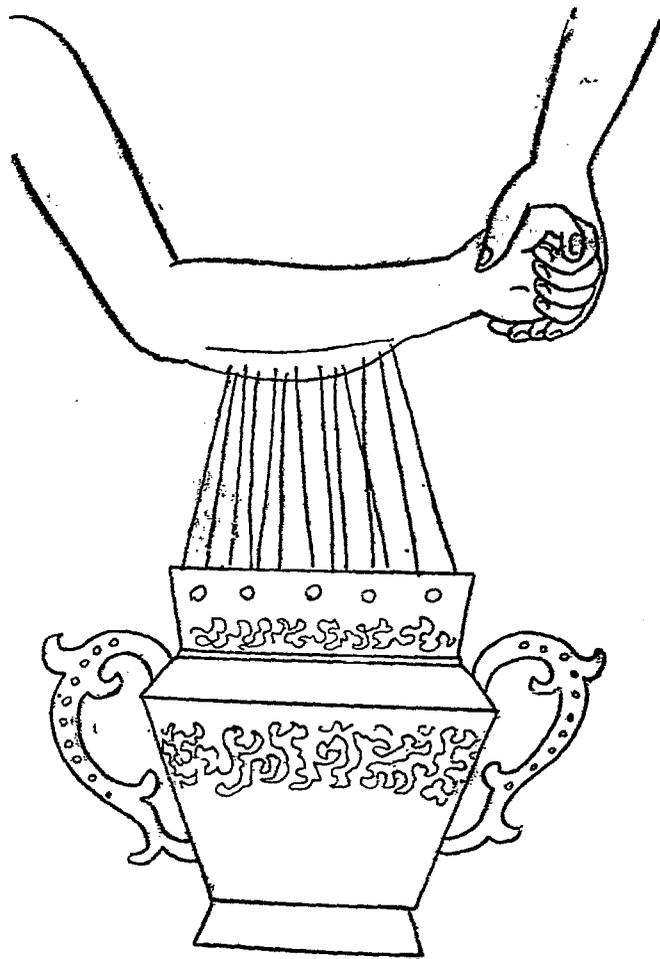
萬步行。(念此句時頭一硬)

步步行行神通顯。

編者按：神仙臂的演出，憑了科學眼光去判斷，完全也是一種自我催眠。演這術的人，因須用利咒刺逼自己的皮表，而且皮下要掛重錫爐，心中不無畏懼瑟縮。但是今以神鬼權威來壯演者的胆，演者處處堅信着黃巾力士的扶助，無形中完全消滅了自怯心理，至於手臂可掛重爐的原理，亦係事理可能證明。試看下法的演出，謂必先用酒將手臂擦至滾紅。這用酒擦的方法，無非是使皮膚麻木而已。酒

擦酒後拉皮走皮表圖







八卦紅燈照通明。

桃劍東一指。

太上老君急急如律令。

演此法時。必先設壇如下。

搭木爲台。高五尺六寸。橫一丈。縱一丈。○四寸。中置八卦燈如下。見圖。

☰ 乾位設紅燈一盞

☱ 兌位設白燈一盞

☲ 離位設紅燈二盞

☳ 震位設白燈二口

☶ 巽位設紅燈一口

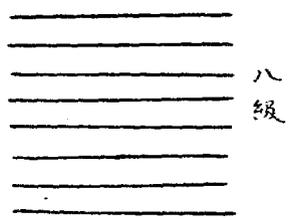
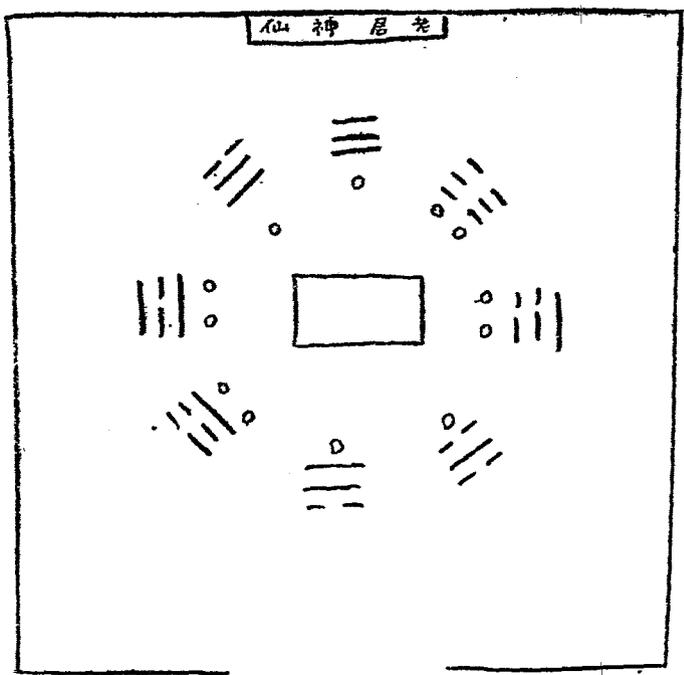
☵ 坎位設白燈一口（此乃一盞）

☷ 艮位設紅口口口口（此乃紅燈二盞）

☷ 坤位設紅燈二口

八卦燈之中。設一桌。中燃香燭。供桃木劍。縛一鷄。壇北設太上老君神位。令病者跪在八卦燈中之桌前。演術人依八卦作步。十圈。入壇中取出桃木劍。再步卦念下咒如下：

世界催眠術大全



八級卦圖

乾卦念曰 東北一道龍。

西北一道龍。

兌卦念曰 東南一道龍。

西南一道□。

離卦念曰 四方四條龍。

龍口吐清風。

震卦念曰 東方一盆火。

西方一盆火。

巽卦念曰 南方一盆火。

北方一盆火。

坎卦念曰 老君降神火。

繞劍似雷光。

艮卦念曰 雷光長虹飛天繞。

妖魔邪魅震西東。

坤卦念曰 天靈靈地靈靈。

世界催眠術大全

太上老君急急如律令。

如上步卦依次念畢。再凝神步卦十圈。步入壇中。面東揮木劍三拜三叩。口中念曰。

火龍來繞壇。(望天念)

火龍來繞壇。(四顧)

再面南揮木劍念曰。

水龍來繞壇。(望地念)

水龍來繞壇。(四顧)

再面西揮木劍念曰。

土龍來繞壇。(望左指念)

土龍來繞壇。(四顧)

再面北揮木劍念曰。

木龍來繞壇。(望右劍念)

木龍來繞壇。(四顧)

急轉步入壇桌旁大呼曰。

金龍來繞壇。(望老君像念)

金龍來繞壇（望病人念）

如上念畢。取鷄搗病者出卦燈外。跪在老君像前。急揮桃木劍。對鷄頭一斫。鷄斃。大聲囑咐病者曰。鬼魅已離你身。鬼魅已如鷄之死矣。爾可回家□□必無事。

下附吞服符及安家宅定心神之靈符三。

符用黃紙硃書。

吞服符

安家宅符

隨身符



編者按：這種方法，完全是和催眠術一樣。演術者令病人跪在壇中竟至步數十圈的時間。而且在此悠久的時候中，演術者復在卦燈旁高念各種咒語。其中作用，完全是由演術者借神威去感動病人。一聲一聲的咒語，和催眠時的誘導入眼狀態無異。病人因見了壇的場面如此偉大，演術人如此莊重，咒語如此尊嚴，又有桃劍及雞以作暗示，心中不期然地自信病必可解除。因此堅了信心，精神遂起安好的作用。及到了演術人持劍斫雞，病者必信以為附纏自己的鬼隨雞被斫無疑，心中因是釋去重担。

病自然會好了。

查此術的作用，全在使病人有自信除病的決心。這點決心，實和心理作用有至大關係。凡是患有鬼病的人，大多是誤信了邪言，精神一怯，適逢身有不適，遂致「杯中蛇影」憂戚成病。現在竟有如此偉大的催眠——設壇——場面，身心安有不恢復之理。

我國古代所謂驅邪斬鬼的仙法，大都和借鷄斬鬼一樣。人們既少科學常識，信仰神鬼的心又大，故而法一施行，必奏奇效。

又有將各種外科移在動物上的祝由科，他的作用雖未經科學學作詳細的考證，但是，總不會離了精神及心理的作用吧。

### 第十七法〔茅山祖師傳〕

驅心痛鬼

歌曰 黃昏邪氣透山嵐。

山魃面背南。

行人夜走壁荒地。

一旋迷影□□□。

驅心痛鬼之法。雖微。但道者法行須高。蓋□□□始於茅山祖師。經無數道者之研究採朮□□□

□。然法之舉行。手續繁雜。惟毋須設壇耳。□□□□四川□□□□山中積舍二座。長老悟慧頗明。此法清□□□記□□之最詳。本卷所集之方。大多取自彼□。

其法須用黃紙硃書。在端節齋戒依下列方法寫符十二道。存而備用。

- |    |          |     |
|----|----------|-----|
| 子時 | 朝北三拜三叩書  | 天水符 |
| 丑時 | 朝南三拜三叩書  | 地火符 |
| 寅時 | 朝西三拜三叩書  | 水火符 |
| 卯時 | 朝東三拜三叩書  | 火火符 |
| 辰時 | 朝東北三拜三叩書 | 山火符 |
| 巳時 | 朝東南三拜三叩書 | 川火符 |
| 午時 | 朝西北三拜三叩書 | 木火符 |
| 未時 | 朝西南三拜三叩書 | 金火符 |
| 申時 | 朝上天三拜三叩書 | 土火符 |
| 酉時 | 朝地心三拜三叩書 | 心火符 |
| 戌時 | 朝上下三拜三叩書 | 靈火符 |
| 亥時 | 朝四週圍拜書   | 神火符 |

世界催眠術大全

咒曰

每書一符。必須口下口咒語默念一口。(此字尚可考為篇字)

天水符。地火符。妖魔蹤跡無。

水火符。天地神無數。

火符。烈燄燒邪路。

山火符。川火符。靈氣一聲呼。

木火符。金火符。神光映彩霧。

土火符。川火符。硃筆救無辜。

靈口口。三清寶劍舞。

神火口。符到病全無。

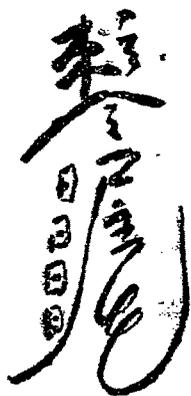
符 火 天



符 火 地



符 火 木



符 火 山



符 火 水



符 火 金



符 火 川



符 火 火



符 火 土



符 火 土



符 火 心



符 火 神



上列之符寫妥後。密封於書冊中。如遇有患心痛鬼所祟者。可將此符與之。令其每日清晨早起。念道德經十遍。三日後。依下列方法服符。病必痊癒。

子時 朝北三拜 將天水符焚灰吞服

丑時 朝北三拜 將地火符焚灰吞服

寅時 朝北三拜 將水火符焚灰吞服

卯時	朝南三拜	將大火符焚灰吞服
辰時	朝南三拜	將山火符焚灰吞服
巳時	朝南三拜	將川火符焚灰吞服
午時	朝西三拜	將木火符焚灰吞服
未時	朝西□□	將金火符焚灰吞服
申時	朝西□□	□土火符焚灰吞服
酉時	朝東三拜	□心□□□□服
戌時	朝東□□	□□火符□□□□（此乃服靈火符）
亥時	朝東□□	□□□□□□□□（此乃服神火符）

病者如上法服符。前後各必須齋戒三日。始能速效。

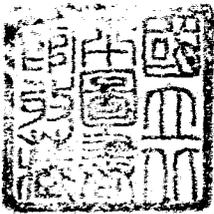
編者按：這個方法，所謂依時辰寫靈符十二道，要是用科學的新頭腦來判斷，也不過是一種借神權以堅信心，而得自療的效果而已。

我國歷代均有靈符治病的方法。一切靈符，均係用難明的文字砌疊而成。然而靈符一物，實在有什麼功用，我相信寫符的人也沒有。一個切實的肯定。據編者以為靠符治病的人，一定要病者相信，及服從。如病者不信仰靈符，則每日服符一萬，病也難見效。這點作用實在和催眠至為酷似。信靈符猶如

信催眠；服靈符猶如陷入催眠的感應暗示。故在這裏不妨說道：「中國古代仙家的法術，大多數是催眠術的別開生面也。」

中華民國元年九月拾一日

贈





中華民國二十九年十月再版

世界催眠術大全 (全一冊)

實價八角

上海

編輯者 黃

校訂者 天  
天幻術社社長 陳

出版者 國光書店

發行人 顏聽濤

總發行所 國光書店

上海四馬路山東路一四三號

經售處 全國各大書局

版權  
所有  
不准  
翻印

上海  
國光  
書店

