



318

528

院長

海軍中將從三位  
勳二等功三級

男爵

梨羽時起

閣下

難病  
根治

# 靈示療法講義錄

完

東京

大日本心靈學院

# 始



難病根治  
靈示療法講義録目次

靈示篇

小

引

第一講 宇宙と信仰

- 一、宇宙道德の本源……………
- 二、驚異に満ちた宇宙……………
- 三、神と生命との關係……………
- 四、信仰は神と一致する道……………
- 五、見神とは錯覺なり……………

第二講 靈示と暗示

- 一、靈示は神の意志……………

一  
三  
三  
五  
九  
一  
三  
六  
六  
六



イ、偉人傳より取くる靈示……………一七  
 ロ、人格より受くるる靈示……………一九  
 ハ、直接自然より受くるる靈示……………二二

第三講 暗示を受ける場合……………二天

イ、新聞雜誌記事廣告……………二六  
 ロ、活動寫眞演劇等の影響……………二九  
 ハ、衛生施設と程度問題……………三三

第四講 靈示の現顯……………三五

一、神託は靈示である……………三五  
 二、文學と靈示……………三七  
 三、人より靈示を受くる場合……………四二

第五講 靈示の人生應用……………四四

一、萬人の健康長壽幸福……………四五

二、靈示の効果……………四七  
 三、人間は弱いのが本然である……………五〇

第六講 靈示の臨床的解説……………五三

一、人格改造の靈示……………五三  
 二、治病矯癖の靈示……………六一  
 三、靈示療法に従ふ者の資格……………七〇

第七講 結論……………七二

催眠術に就いて御断り……………七四

# 催眠術篇

四

## 上編 催眠術の實驗

### 第一章 催眠術とはどういふものか

催眠術は決して不思議なものではない……心理學に研究され、その應用されたものが催眠術……注意の集中が催眠術の心理……その學理は深遠であるが催眠術は誰にも出来るもの……

### 第二章 催眠術に必要な二つの方法

第一の手順……第二の手順……第三の手順……此の三つの方法が催眠術の要領……

### 第三章 眠らせる法

催眠誘導法……凝視法……言語暗示……メスマル氏のバツス法……  
撫擦法……睨み合ひの法……臉を開閉せしむる法……臉を壓す法……

……氣合術其他の方法……

### 第四章 暗示法

暗示といふ意味……暗示は催眠術に最も大切なもの……暗示の與へ方……明瞭な言葉と底力の籠つた聲……キツパリと斷言すること……  
……同じ暗示を繰返すこと……對症暗示……回復暗示……

### 第五章 眠りから覺ます法

覺ます時に忘れてはならぬ回復暗示……此の暗示によりて必ず覺める……覺醒暗示の實例……特種な場合にも驚く必要はない……

### 第六章 催眠術は斯うすれば出来る

種々の方法を活用する事……催眠せしむる始から覺醒せしむる終りまで……施術に着手する時の説明……實例の一……實例の二……實例の三……催眠術は途中で止めてはならぬ……催眠術の秘訣は斯ういふ心理作用にある……

### 第七章 種々の道具建はいらぬ事

施術の設備は不要……施術者の誠實と確信が眼目……被術者も眞面

五

目でなければならぬ……

第八章 かゝり悪い人とか、り易い人……

第一にお互に忠實なこと……催眠術を亂用する事は斷じていけない……老人病者に對する注意……催眠に浅い深いはあるが絶対にかゝらぬ事はない……かゝつて居てもかゝらぬと思ふ場合がある……

第九章 催眠者を見別る法……

催眠者の容貌……運動や感覺に就いて……暗示の感應……

第十章 多人數を同時に催眠させる法……

メスマルの用ゐた方法……ヴェツタルストランド氏の用ゐた方法……一人に對すると同じ理由で多人數に行ひ得るもの……決して不思議でなく六ヶしくもない……

第十一章 遠く隔つて居ても出来る……

遠隔者催眠法……被術者と施術者との約束……手紙……電信……電話……

第十二章 自分ではかゝらぬといふ人にもかゝる……

反抗する人の心理……反抗心を讒へして信仰せしむ……

第十三章 自分で自分にかゝる……

自己催眠法……自己催眠の種類……静座法……座禪……念佛三昧……自己暗示は吾人の日常生活に大切な意義がある……

第十四章 自己催眠の方式……

心身の修養及び強健治病法……自己催眠の三方式……姿勢法……呼吸法……觀念法……自己催眠の實習法……三方式の根據と理論……

中編 催眠術の應用

第一章 催眠療法……

催眠術で治る病氣……如何なる病氣でも治ると云ふのは間違ひ……醫學療法と催眠療法……

第二章 催眠術で治る病氣の實例……

神經衰弱……ヒステリー……不眠症……酒精中毒……神經性心臟病……月經不調……交接不能(陰萎)……神經性胃腸病……

第三章 性癖や悪い習慣を改めしむ……………六  
 心臓臆病の性癖を治す……………つまらぬ嘘をいふ癖……………遊蕩者の改心……………

第四章 教育事業に於ける應用……………五  
 催眠術の應用は修身教育となる……………病的兒童に對する催眠術の應用……………  
 ……日本で應用しつゝある學校の實例……………病氣にかゝるのは其人の  
 恥辱である……………心の持方が健康法……………家庭に於ける應用法……………

第五章 感化事業に於ける應用……………四  
 不良少年少女の感化……………感化院に於ける應用……………酒癖の矯正……………犯  
 罪者を改心せしむ……………

第六章 千里眼の養成法……………元  
 千里眼の現象……………千里眼の説明……………福來博士の潜在……………丘博  
 士の動物精神の奇現象説……………透視者千鶴子は屢々催眠……………つた  
 經驗があつた……………福來博士の實驗長尾郁子の千里眼……………催眠  
 術にて千里眼養成の實例……………

第七章 催眠術の取締法に就いて……………六七

催眠術は有効無害である……………催眠術濫用の取締……………催眠治療は無免  
 許醫業では無い……………

下編 催眠術の原理

第一章 催眠術の歴史……………一  
 精神療法の起源……………太古時代……………中世時代……………加持祈禱等の真相……………  
 ……十八世紀に於ける動物電氣、動物磁氣説の誤謬……………現代及び將來……………

第二章 催眠術の根據……………二〇  
 心理學と催眠術との關係……………宇宙間に遍滿する靈妙な精神現象……………  
 最下等動物の精神活動……………人間と動物との精神の相違……………變態心理  
 學の研究……………一般に行はるゝ精神療法……………催眠術の科學的研究……………

第三章 催眠状態の觀察……………二四  
 催眠状態の生理的現象……………隨意筋及不隨意筋の運動……………感覺の鋭敏  
 と脱失……………幻覺錯覺及び其他の感覺變化……………催眠状態の心理的現象……………

記憶の喚起と増加……記憶を失はしむる作用……人格轉換の現象……

### 第四章 催眠状態の原理

催眠状態と普通睡眠との比較……睡眠中の生理状態……睡眠中の中枢機能の状態……睡眠脳髓の心理状態……睡眠状態と夢の関係……夢と暗示に感應する意識……催眠状態の特徴……睡眠心理に關する諸學說……催眠心理の根本……完全なる催眠状態の要件……

### 第五章 潜在意識と殘續暗示

潜在意識とは如何なるものか……潜在意識の存在……最も不思議な夢の解説……潜在意識の生理的状态……潜在意識の表現……殘續暗示の効用……日常經驗する吾人の觀念作用……暗示は腦中に印象して居る……殘續暗示の表はれる心理作用……複雑した計算を要する暗示……殘續暗示と潜在意識との關係……

## 目次 終

# 靈 示 篇

本院名譽顧問兼講師  
修靈教化團々長 清水英範

## 小 引

頃者大日本心霊學院主幹桂尊靈氏來訪、其の名譽顧問兼名譽講師たらんことを懇囑せられた。併し自分は修靈教化團を主宰して後進の指導、求治者の施療等に忙殺せられ、傍ら日本心療師會専務理事として同會の成育に傾倒し、兼ねて精神療法界の中央機關「精神界」の發行を企圖する等忙又忙を極めて居るを以て再三謝辭した。然るに桂氏は愆愆百端、固く執つて動かさず、遂に之れを承引するの己むなきに至つたのである。

二  
所で自分は所謂名譽顧問名譽講師として、單に名を列するのみでは良心が許さない。内容の改善、講師の顔觸れにまで立ち入つて、自己の良心が許すまで更始一新するにあらざれば、自分が名譽講師たり名譽顧問たることが、何の利する所がある？そこで之れを桂氏に諮れば、同氏は之れも快諾せられたのである。依つて先づ名譽講師の一人として新に日本心療師會常務理事たる修靈鍛身會長藤田西湖君を起たしめ、其の玄妙にして古今獨歩ともいふべき心身鍛鍊法を、講義録にも實地教授にも之れを加へしむることとした。そして講義録の内容を改善する第一着手として、先づ新に此の靈示篇を加へ、爾餘の講義も漸次更新することにした。併しながら前にもいつた通り、自分は身體が三ツ四ツあつても足らぬ程の忙はしい間で之れを書くのであるから、到底自ら懐らざるものが出来るに相違ない。併し夫れも漸次改訂することを約し、いよく講述に取りかゝる。

## 第一講 宇宙と信仰

### 一、宗教道德の本源

物質文明は其の極に達した。而して物質偏重、唯物萬能の生みし結果は如何？ 宗教墮落し、道德頹廢し、人心驕慢に走り、暴虐に趨く。而して其の一面には限りなき不安、やる瀬なき寂寞に、身を措くの所なき有様である。三界は眞に火宅か、修羅道か、將た八寒地獄か。人生の歸趣いづくにあり、安住の地何の處にか得らるゝ。衆生濟度を勤めとする宗教は、阿賭物の多寡に依つて左右せられ、共同生活の基調を爲す道德は、物質を以て規矩とする。かくて弱肉強食となり、弱者の自暴自棄となり、道德を破壞し、宗教を無視し、自ら求めて混沌たる闇黒世界を現出し、其の中に闇めぎ、虐げ、剋し合ふが現時の世相である。

一度之れ等の惡夢より醒めて、人の本然に歸れば世界は理想の樂土と化す。地獄を



現するも、樂園を築くも人の心である。されば速かに物質文明の酣醉より覺めて、精神文明に慕進せよ。而して其處に安住の樂土を見出すべく、人生の歸趣を發見するに相違ない。暗黒世界は一變して光明遍照の樂園となることは明かである。併しなから深く強く喰ひ入たる妄執は、尋常の手段方法を以てしては、これを如何ともする事が出来ない。

古來思を茲に出したるものはあつたが、その適法がなかつたのである。既成宗教は之れを如何ともすることが出来なかつた。否、既成宗教は時流に引摺られて行くより致し方がなかつたのである。そして遂には之れを助長するの形となつた。噫、頹瀾は之れを既倒に廻すことが出来ないだらうか？

予思を茲に致すこと既に久しい。そして之れを救治するの道精神療法を措いて、他に求むべからずといふ斷案を得た。そして之れに依つて國民精神の作興、思想の善導を試みしに、宛然掌を指すが如く、百發百中せざるはなかつた。治病矯癖の如きは

其の末にして、此の精神療法即ち精神を癒すことが、如何に大なる問題であり、其の効果の卓然たるものあるかを知つた。是に於て過去二十餘年、地方宣傳には必ず児童修養を併置し甚大なる効果を收めたのである。この靈示篇亦此の體驗を基礎とし、其の上に精神科學の殿堂を築けるもの、健康治病の要訣にして、靈能開顯の眞諦たると同時に、心の奥底に潜在する満し難き要求、癒し難き渴望あるものは、之れを醫せしめ、頹廢せる思想界、墮落せる宗教界に、一脈の光明を興へ、一朶の生氣を注入し之れを蘇生せしめ、復活せしむるものである。殊に惱める者には力の泉となり、病めるものには生命の糧となることは本法必然の效果といふことが出来る。

## 二、驚異に満ちた宇宙

靈示は宇宙の精神である。若しくは自然界に遍満する靈氣の示現である。こういつたならば讀者は宇宙に精神がある事は不思議でたまらぬであらう。所が宇宙は一大精

神なのである。そして吾々人間は其の一の岐れであり、現はれなのである。

彼の火山を見よ、地下に於て何を燃焼しつゝあるか？ 天文学の教ゆる所では、地球は太陽から分れたもので、地殻は冷却して草木を生じ、鳥獸其他の動物を生育せしめたけれども、地下何百尺に至つては尙ほ何百度の熱を保つて居ると。こうした熱が何千年何万年何十万年、失はれずして地下に保存せられることは實に不思議ではあるまいか。

夏の夕、仰いで天空を見れば、星辰燦として所狭きまで列んで居る。そして目には砂とも見まごう星が、何れも太陽に等しきあり、之れより幾十倍するあり、其の發する光りの地上に達する迄には、何万年を要するものがあるといふ。

宇宙とは一體如何なるものであらう。

天の果ては何處にあるか？ そして地球でさへ既に何十萬年何百萬年を経て居るといふことであるが、然らば宇宙は何億年經つて、何時まで其の歩みを續けるのであらう？

う？

宇宙は無邊無涯である。

宇宙は無始無終である。

驚異に満ちた宇宙よ！ 偉大なる天體よ。此の宇宙の驚異に接し、此の偉大なる天體を望んで、誰れか恐れ怖れぬ者があらう。何うして出来たか？ 何の爲めに出来たか？ 之れを思議することは天威を冒瀆するものである。神を測らんとするものである。

之れを地球に就て見れば、四時の運行は何うして斯くまで規則正しいであらう。春來れば花咲き鳥歌ひ、夏來れば草木繁茂し、秋來れば氣澄み風清く、冬來れば草木枯る。一年でも一回でも之れを誤つたことがないではないか。科學者は之は太陽系に屬する軌道を行つて爲めと爲すと雖、彼のレールの上を運轉する汽車電車にして尙ほ脱線するではないか？ 然るに宇宙に浮んで居る地球が、未だ曾て尺寸の軌道を

誤つたことがないのが不思議でなくて何であらう。物理學者は之れを引力の作用と爲す。然して其の太陽と一定の距離を保ち得るものは、遠心力と引力とが此處で平衡を保つからだと説く。即ち引張る力と飛び去らうとする力とが、同じになつて其處に止まるのだといふ。それが既に不思議ではないか？ モシ何方の力でも少し強かつたら、地球は今歩ゆんで居る軌道から外れて、何處ともなく飛び去るに相違ない。然るに何時までも何時までも、克く平衡が保たれて此處に止まつて、運行を續けて居るといふことは實に不可思議極まることである。

科學者は科學に依つて不思議の正體は闡明せらるゝといふが、否、却つて科學が進めば進むほど不思議は加はつて行く。成る程小不思議はなくなるであらう。けれども大不思議はますます、不思議を増すばかりであつて、科學は宇宙の一小部分しか闡明することが出来ないのである。

此の不思議、此の驚異、千萬億劫、片時も態容を換へさせ給はぬ大自然、無邊無際

にして永劫より永劫に續く宇宙こそ、全知全能の神にておはしますのである。

### 三、神と生命との關係

人間はどうして出来たか？ 進化論の教ゆる所では、人間は始めから人間であつたのではなくて、下等動物から漸次進化したのだといふ。昔は神が人を人として作られたと思つて居た所へ、こういふ意見を唱説したものが出たので、泰西の宗敎家は愕然として驚き、憤然として怒つた。併し假令人間が下等動物から進化したからとて、驚くにも腹立つにも當らない。下等動物であつても植物であつても、生物に對して生命を附與し賜つたのは神である。植物の生命、動物の生命、其の生命を下し賜はつたのは神である。動物と植物とは同根一族であつて、一は移動する性質を持つたものと他は移動しないものとの二ツの現はれに過ぎない。誰か進化論の説く所に疑を挾まう。然し其生命の根源は何處から來たか？ 進化の土臺となる第一動物は誰れが作つた

か？ 詮する所神の造り給へるものに相違ないのである。神が造り賜ふといつたからとて、吾々が人形を作り機械を作るやうにして生物を作つたのでは決してない。其の温度、地熱、水分、濕氣、其の他の情態が、生物が出来るに適したもとなつたからには相違ないが、其の生命の根源は神の生命を分け與へられたものである。即ち神が動物の生命なのである。動物の精神と宇宙の精神とは同一なものである。されば唯り人間のみが神の一部分であるといふことは出来ないが、唯々人間は神の恩寵を多く受け、之れと共同の精神を、他の動物よりも多量に持つて居るものである。

科學は進んだ。分拆法は精緻を極める。そして生命の本態を科學的に研究し、各種の原子分子を化合させて見ても、生命は造り出すことが出来なかつたと報ぜられた。科學で生命を作ることが出来ないとなれば、(勿論出来る道理はないのであるが)科學で生命を保存させることが出来ないことも、之れを延ばすことが出来ないことも明らかである。生命は神のものである。神のみ之を左右する權能を持たせ給ふのである。

#### 四、信仰は神と一致する道

かやうに人間は神の恩寵を多く受け、之と共同の精神を多量に與へられて居るものであつて、吾々の精神は宇宙なのである。吾々の精神は宇宙の精神の一部分なのである。宇宙を大我といひ、人間を小我といふのも之れである。宇宙に對して人間を小宇宙といふのも之れである。そして神を念する時、此の小我は大我と一致し、小宇宙は大宇宙と冥合するのである。親の恩を忘却することは、誰れとて其の大惡であること知らぬ者はあるまい。然し吾々の遠祖即ち生物の生命の親であるところの神の恩恵を知る者は稀れである。知つても其の恩を思ふものは愈々鮮い。

吾々の祖先は或は南洋から來たともいふし、支那朝鮮から來たともいはれて居るが其れを吾々が知らないからといつて、之れを否認することは出来ないと同様に、吾々は神から分れたことを知らないからとて、神を否認することは出来ない。即ち吾々に

生命を附與し給はり、其の日ノを安穩に過ぐすやう加護し下さるのが神である。之れを信せぬことは父母を信せぬと同様である。そして之れを信すること篤ければ吾々は何時にても何處にても之れと冥合することが出来る。生命の父母に遭ふことが出来るのである。

耶蘇教では迷信はイカぬといふ。佛教でも教義と一致せぬものは何にも成らぬと説く。理窟を研究し、合理的のものでなければ信仰に成らぬとすれば、科學も宗教であり、哲學も宗教だといふことに成る。併しながら信仰は唯々信すればよいのである。宗教家は勝手なことをいつてるが、夫れなら耶蘇基督に日本語で祈つたとて通じないことに成りはすまいか。英語、獨逸語、佛蘭西語もイケぬ。耶蘇はアラビアの産であるから、アラビア語若しくはヘブライ語で祈らなければならぬこととなる。釋迦にしても印度語若しくはサンスクリットでなければ佛にならぬ事となる。併し神は何處の言葉でも解し給ふ譯ではない。祈る人、信する人の心が、之れと冥合すればよいので

ある。

そこで考へることは、宗教は下ノ宗教でなければイケぬなどいふのは、宗教を誣ゆるものである。寧ろ宗派を超越した宗教が本當の宗教でなければならぬことに成る。それと同時に多神教は宗派を超越したものと一致する。そこで佛教でなければ成らぬの、基督教でなければならぬといふことは、我田引水に過ぎないもので、唯信すればそれでよいのである。そして信仰に依つて自己の精神を統一し、神乃ち宇宙に遍満する大精神と一致せしむることが出来れば、信仰の功德は茲に顯現すること奇妙である。

### 五、見神とは錯覺なり

「神は非禮を受けず」といふこともある。「至誠神に通ず」といふこともある。賽錢を奉ることに依つて、神が功德を垂れさせ給ふなどと思ふは、神を瀆するのである。又「心だに誠の道に叶ひなば祈らずとも神や護らん」といふ古歌もある。至誠でなけ

ればならぬ。誠でなければならぬ。至誠乃ち誠であれば、吾々の心は神にも通ずるのである。併し、唯々通するのであつて、眞に神を見ることは出来ない。神と自分を一致させることは出来ない。即身成佛し、神ながらの道に到ることは出来ない。

耶蘇教の碩徳が見神の實驗といふを書いたことがある。夫れは祈誓を置めて居ると耶蘇の上天する姿が、ありくと眼前に浮んだといふのである。耶蘇は自ら神の子といつて神とはいはなかつた。神はドンなものか分らないのである。耶蘇自らも「天にまします吾等が父」といつて、神とはどんなものか告げ知らさなかつた。然るに耶蘇上天の幻影を見て、神を見たといふ如きは、愚も亦極まれりといふべしである。神は形もない、色もない、宇宙に遍満する靈氣なのである。其の靈氣を誰れが見ることが出来るやう。

併し神は非禮を忌み、不誠を惡みたもうことは、誰れも之れを疑ふことは出来ない。我々人間が不正を働き、不法を敢へてした時、良心の苛責に堪へざるは、何の爲めで

あるか？ 他なし神の御心に戻るからである。神の精神と自己の精神とが背反するからである。されば誰れでも強い信仰を持つて、常に神の御心に戻らぬことを心掛けなくては成らぬ。殊に精神療法家を持つて立たうとする者は、強い信仰を持つといふことが唯一の條件でなければならぬ。モシ強い固い信仰があるならば、術の如きは問ふ所ではない。何故ならば古への大徳聖僧といはれた人々は、唯信仰のみを以て人を化し人を導いたではないか。

精神療法家たるには信仰が必要である。併し信仰に依つて精神統一の状態に入ることが出来なければ、虎を描いて猫となるものである。精神を統一するに信仰の力を借りるのが捷徑であることは勿論であるが、單に信仰に依つて其所まで行くことは、非常に時間を要する。無益の勞力を拂はなければならぬ。併しながら予の創案せる清水式精神統一法を修すれば、僅か數日にして單刀直入其所に達することが出来るのである。神と冥合し其の靈示を受けることが出来るのである。忙しい現代に最も

適應せる理想的方法であることはいふまでもない。

## 第二講 靈示と暗示

### 一、靈示は神の意志

宇宙に精神があり、夫れが人間の精神と同一なもので、精神統一を爲すことに依つて、之れを一致し冥合することが出来るといふことは前に説いた。

然らば靈示とは何んであるか？ 宇宙の精神の現はれである。神の心を人間界に知らしむることである。既に神があり、大宇宙に精神がある。何等かの形に於いて、方法に於いて、之れが吾々人間界に現顯せぬことは無い。若し人間が神と交渉なきものであるならば、其の必要もあるまいし、現はそうとしても現はし得ないであらうが、人間の精神と宇宙の精神とは、同一のものであり、相一致するものである以上、之れが人間界に現はれぬ道理はないのである。

例へば靈媒といふものがあつて、死者の意志を傳へるといふ説もあり、憑靈といつて、死者の靈や人間以外の靈が、其の人に乗り移り色々の事を告げ知らせるといふことは、諸君もお聞き及びのことであらう。が人間が死ねば其の靈魂は宇宙に迷つて居るものではない。此の大宇宙の精神に復歸するのである。モウ小我ではなくなつて、大我に還元して居るのである。だから靈媒や憑靈や一人一人の靈魂が出来て來るといふことは、輕々しく信ずることは出来ないが、此の形式に依つて大宇宙の精神が、人間社會に其の靈示を垂れたまうといふことは、首肯し得られるだらう。繰り返していふが靈示は宇宙の精神が人間界に示現したものである。神の心を人間界に現顯したものである。

### 1、偉人傳より受くる靈示

吾々は神と冥合し、宇宙の心と一致し得ることを説いた。であるから神の御意志を

體得することも、此の精神統一の際に於いては容易に出来ることを誰れでも首肯するであらう。然り、精神統一の間に於いては靈示を享くことは容易の業である。然らば精神の統一せる時に於いてのみ靈示を受けらるゝかといふに、必ずしもそうではないのである。乃ち偉人の傳記を讀んで受ける感化は、靈示の一形式である。勿論、其の人物の偉大であつたことから受ける感化と、之れを書いた人の筆力の感化とが、一つになつて靈示を力あるものたらしめることは勿論である。之れは偉人といふは、畢竟するに大宇宙の精神を多量に具備して居るものであつて、加之其の人物性行を微に入り細を穿ち描寫し、若しくは其の人物の眞價以上に傳ふる所の筆の力が、之れを一層偉大ならしめるものであることは否めない。茲に謂ふ所の偉人といふのは、既に故人となつたものを指すのであるが、夫れが現存せるものであつても、其の靈示を受けることは毫も異ならないのである。

### ロ、人格より受くる靈示

現代に於いては偉人といふべき人は、世界を通じて餘り見ることが出来ない。然しながら東郷大將とか、伊太利のムツンリーニなどは偉人として崇敬せらるべき人格である。が靈示はそうした偉人からのみ受けるに限つたことはない。苟くも自己より人格が崇高であるものならば、之れを受けるものである。昔は感化影響といつた。受けるものから見ればさうであるが、之れを授け與へる方では何の影響もないのである。乃ち與へる方では、何んとも思つて居らぬのに、其の心と心、即ち人格の足らざるもの、若しくは感受性の強いものが、自分より偉大なる人格の靈示を、隱約の間に、若しくは冥々の間に、自然に受けてしまふのである。

茲に靈示の感受性の強いものといふのは、一概にはいふことは出来ぬけれども、老人よりも青年の方が感受性が強いものである。されば古人も『人は善惡の友に依る』



といった。「朱に交れば紅くなる」ともいつた。「鳥も木を擇んでとまる」といふ言葉もある。感受性が強い時代ほど交友を擇ばなければならぬ。そして人格正しき長者を擇んで交を締すれば、其の過ちなきは明かである。

モウ一つは催眠状態に在る時に、最も此の靈示の感受性が強いものである。此の場合には青年には限らない。中年であつても老年であつても、夫れが婦人であつたならば尙ほ更らである。そこで問題になるのは催眠術士たるものは、人格の崇潔なことを以て第一要件としなければならぬことである、又其の施術を受けるものも、術者の人格を知り、其の崇潔高雅なるものを撰ばなければ、遂に自己の人格を破壊せらるゝ恐れがある、否、十中八九まではそうなのである。次ぎに精神を統一した場合に於いてはドウか？ 矢張り其の感受性の強いことは勿論であるが、催眠状態と精神統一状態とを比較すれば、寧ろ精神統一状態はそうした危険が少い、何故なれば無我であり、禪に所謂非思量底の思量であつて、他の人格の露示を感受するよりも、神に冥合すべ

く直往することが出来るからである。

そうした人格の靈示は、催眠術に於いては術者に依らなければならぬから、之れを感受しまいとしてもせぬ譯には行かぬ。けれども精神統一は自己一個を以て之れを修することが出来るのであるから、そうした危険はない。其の之れを學ぶに當つて人格の士を撰ぶことは必要であるが、自ら之を修して達するならば安全此上ない。自己催眠の場合に於いても同様である。

#### ハ、直接自然より受くる靈示

智者は山を愛し、賢者は水を好しむといふことがある。智者賢者が人格を養ふに當つては、名山大川を以つて師とし、之れより直接靈示を受けたのである。又大山に登つて浩然の氣を養ふといったのも、此の靈示を感受したことに外ならぬ。吾等が精神を統一して靈示を感受するとは、大に趣きを異にすと雖其方法開けざりし古代に於い

ては、かくすることが最良手段であつたのである。

原始宗教を見れば、或は深山高嶽を祈り、大木老樹を祭つたものである。勿論日を祈り、月を念じたのゝあることも事實である。當時の人間は矢張り此等より靈示を受けたのであるが、人智發達するに随つて之れを輕視するやうになつた。神をなみするものでなくて何であらう、彼の御嶽教の行者や、古峯神社の行者が、此等自然の靈示に依つて、自己の健康長壽を計ると共に、他の疾病災厄を拂掃したことは隠れもない事實である。

然るに泰西には斯うした靈能者がなかつた。山嶽や河川や、大自然に依つて靈示を感得する靈能者がなかつた。であるから物質文明の顯著な發達を遂げたに反し、精神的文明は甚だ幼稚なものである。明治の日本は思を茲に致さないで、泰西の文物は何んでも鵜呑みにし、彼れに精神文明が無いからとて、進んで居つた日本の精神文明を閉却したのであつた。モシ明治の初葉から泰西の物質文明は之れを取入れるにしても

それと同時に日本固有の精神文明を發達させて行つたならば、今日の進み方は非常なものがあつたに相違ない。

そして彼の幼稚な催眠術が傳へられるや、世を擧げて之れに趨いたのであるが、催眠術や精神統一や、日本の方が如何に進んで居たか分らないのである。例へば鎮魂歸神の如きは神代から行はれたものであつた。其の例として公事根源に出て居るものを引く。

鎮魂祭 中ノ寅ノ日

それ人には魂魄の二つの靈あり。魂は陽氣、魄は陰氣なり、此の祭は離遊の運魂をまねきて、身體の中府に鎮むる功能あり。宇摩志摩治命の時より事越るよし、舊事本紀などに見えたり。此祭を始法に行はるれば、殊勝の御祈となるべきにや。然れば白河院は御脱徒の後も院中にて行はれ侍りき。東宮中宮にても年々ある事なり。天安二年にとゞめられ侍りしを、興行させられて、貞觀元年十一月神祇官に

て行はる。今は年々の事なり。

二四

とあり。一時宮中にて盛んに行はれしを、後には年々の祭となりたる様を窺ふ事が出来るのである。祓(ミソギ)は水注ぎにて水にて身を清め精神を統一する法であり、御嶽教にて修する吹き氣傳とは静座法若しくは調息法といふべきものである。其の他佛敎方面の精神療法には座禪あり、加持祈禱あり、燦として輝いて居たのである。然るに人々は之れに氣附かず、泰西にメソリズム、ヒブノーチズムなどいふのが唱えらるゝや、驚いて之れを輸入したのである。そして可笑しいことには、之れを宗教に應用しても効果甚大なりなど、説いたものであるが、いづくんぞ知らん宗教方面では疾の昔から之れを應用して居たのであつた。モウ一ツ心靈研究の材料として尊まれる憑依、即ち巫女といふものが、一時は神祇官に從屬したことあるは讀者の熟知せらるゝ所であらう。

かやうに日本の精神文明は古くから進んで居り、従つて自然天地山川草木等を信

仰して、其の靈示に依つて人格を陶冶する一方、之れを治病矯癖に應用して効果を擧げて來たものは非常に多かつた否、實に上代に於ける人格の陶冶法修養法といふものは、天地を拜し神明に誓ふことであつた。そして吾が身の罪穢れを拂ひ清めることであつたのである。祝詞(ノリト)など見れば、此の言の適切なことが分るであらう。然るに明治になつて之れを研究したものはなく、神官や教導職の仕事として捨て、省みなかつた、最近に成つて神道を研究して博士に成つたものに加藤玄智山本信教の二氏がある。そして此の二氏が共に佛敎出であるのも不思議である。

以上説いた所で靈示とは如何なるものと分つたらう。モウ一度之れを約言するならば、靈示とは神の心を人間に傳へることである。之れを受ける方からいつたならば、感化であり人格の影響であるけれども、之れを與へ授ける方から見れば、そうしやうといふ意志も何もないのである。取りも直さず神意の示現を靈示といつたのである。人は暗示といふかも知れぬが、暗示と靈示とは自ら區別裁然たるものがある。夫れは

二五

何れ講を改めて説くことにする。

### 第三講 暗示を受けける場合

以上講述したやうに、暗示は天啓であつて、人間の作爲をしたものではない。神の心を人間が思量し、推測することが出来ないと同様に、暗示を捏造することは出来ないものである。

然るに暗示といふものは人間の作爲した言葉であつて、夫れが善良なる結果を生むものとばかりは限らないのである。非常な害毒を世間に流布するものもある。人間の作爲するものであるから、中には人間の缺點弱點につけ込み、脅迫することを以つて目的とするものもある。又そうした結果を豫想しないものもあるが、多くの場合自ら爲めにする所があつて、そうして人を威かすものである。勿論暗示に到つてはさういふ悪結果を齎す道理がない。假りにあつたとしたならば、其の暗示は神の心に叶つて居

るものでない。其の暗示が神の心に叶つてゐるものであるかないかは、之れを一目にして判別する標準はないが所謂人格者といふも、十目の見る所十指の指すところに依つて之れを判断しさへすれば、大なる誤はないのである。

然るに暗示に到つては、自分の知らぬ間に何時とはなしに脳裡に侵入し、夫れが色々の悪結果を及ぼして居る。催眠状態に於いて與へられた暗示ばかりが、そうした結果に成るのではない。無催眠若しくは覺醒時に、自ら平常、二六時中、人間は色々の物から暗示を受けて居る。心理療法で暗示で病を治すとしてあるが、知らぬ間に何方か受けた暗示、それが脳裡にコピリ附いて居るを、催眠中に新しい暗示と置換へるのである。又は前の暗示を抹消して、新しい暗示を入れるのである。催眠術は暗示術といはれるもので、暗示を與へること若しくは暗示の置換を以つて職能として居るのであるから、之れは暫らく措き吾々が平常暗示を受ける場合を研究して見やう。

## イ、新聞雑誌の記事及び廣告

アニマザといふ賣藥の廣告は、實に非道いことを書いて居る。其文句も殺人的であるが、殊に其の題目は大文字で人の目を惹かしめる。夫れは

『血壓高きものは長生き出來ず』

といふやうな意味であるが、多く酒飲みは血壓が高ければ必ずしも、酒飲が短命だと斷言せられぬことは、諸君が既に御承知であらうと思ふ。

此の外日々の新聞を見て居ると、藥の廣告といふ廣告は人をして恐怖に氣死せしめるものばかりである。又新聞雑誌の記事殊に婦人雑誌の『病氣が癒つた告白』といふものが、何れも其の病氣に悩んで居る者の力にはならずして、之れをして氣落ちせしめるものでないのことはないこと、之亦諸君が熟知せられる所と思ふ。

以上は病氣についてであるが、其の他の記事でも或は滑稽記事といひ、或は探偵小

説といひ、何れも善良な暗示を讀者に與ふるものはない。今日道徳が頹廢し、人情が浮華輕兆となつたことは、之れを新聞雑誌の記事の罪に歸するも不可はないのである。

## ロ、活動寫眞演劇等の影響

之れは疾病に對する影響は夫れほどでもないが、人情を破壊すること頗る大なるものがある。其の探偵物にすれば、警官の眼をくらまして、あらゆる危険を冒し、遂には捕縛せらるゝにしても、其の筋道が意志の薄弱な青年男女に、實に甚大なる影響を與ふるものである。善とか惡とかいふ觀念よりも、其の大活劇を演じ、常に恐いものであると感じて居る警官をアットいはせる所に、自ら弱さを知つて居る青年男女が非常に痛快な感激を覚えるのである。戀愛物といへば、三角關係でなければ、不義の悩みでないものはない。それでなくても情炎燃える青年男女は、愛慾には盲目となるものである。三角關係を結ぶことや、不義の戀愛といふことは、絶對にあり得ないもの

として、知らしめぬやうにしなければ、彼等は夫れを直ちに取つて手本にすることゝなる。又今日の殺人犯、強盗犯、窃盗犯、婦人に關する犯罪等の大部分が活動寫眞講談本等から暗示を與へられたものであるといふことが出来る。

肺病は死ぬもの、癒らぬものと醫師もそうきめ、病人もそうアキラメて居る。醫師は肺病患者を迷惑がる。早く死ぬか。他の醫師に押し付けやうとする。自分の友人の妻が肺結核と腸結核とを併發して醫者を招いだ。夫れは入梅の頃であつた。すると醫者は患者を前にして、

「此の梅雨時は結核患者の一掃期だ」といつた。此言葉には「御前も死ぬぞ」といふことが含まれてる。友人は非常に怒り、醫師が歸るや其の後から醫師の宅を訪づれ、大いに論争したことがあつた。今の醫者はこうして癒るべき病人も殺すことのみ考へてるのである。田舎から佐々木病院に来て診て貰ひ、癒らぬといふ宣告を受けて歸つた者もある。併し近年になつて醫師も肺結核には精神療法に如くものはないと感じて來たこ

とは、吾々精神療法家の手柄といはなければならぬ。

かの肺病劇として有名な『不如歸』、アレ程肺病は死ぬものといふ暗示を世人に與へたものがあるまい。臨終に成つて父母兄弟を枕邊に呼び、糸のやうな手を延ばして握手し、悲しい聲で一々左様ならをやつて引取る。小説は其れほどでもないが、あの劇を見て暗示を受けぬものが一人だつてあるだらうか？　そして彼等は風を引いてセキが出れば、モウ肺病だと自ら斷する、そして醫者に行つて強い薬を與へられ、却つて身體を悪くしてしまふものである。醫師から肺病と斷せられて、もう永いこともないと觀念し、自分の財産を有つたけ使つて死なうと覺悟し、散々馬鹿遣をして金が一文もなくなつてから、もう死んでよいと思つたら病氣がすつかり癒つて居たといふ悲劇のやうな喜劇もある。之れを見て酒の功德と爲すのは誤つて居る、病氣に對する屈托、病氣に對する恐怖を去つた爲めであつて、モウ一步進んで、『癒す』といふ強い意志を持てば、酒色に耽溺しなくても、容易に癒るのは見易い事柄ではないか？

## ハ、衛生施設も程度問題

近來衛生施設が完全して、農村までも衛生々々で、やれ春期大掃除であるの、秋期大掃除だのと、警察役場員総出でやる。まことに結構なことであるが、そうした衛生施設が農村の男女を都會に追ひ込むこととなる。昔は「糞水を掬せざれば良農となること能はず」といつた。單に穢いばかりでなく、其れが微菌ばかりであるとすれば、誰れか之れを掬するを好むものぞ。水田の耕耘、田稔、除草、一として衛生的なものはない。その上非常に勞力を要し、忍耐力を要し、然かも自えらるゝ所は尠いのであるから、青年男女が田圃を捨て、都會に志すのは、當然といはなければならぬ。コツホがコレラ菌を發見した時、コツホに反骨の氣説を支持して居たベツテンコーヘルが之れを嚙下したけれども、彼はコレラにならなかつたといふ話は有名である。それほど意志は強い力があるから、必ずしも恐るゝには當らない。勿論、萬人が萬人

そうした意志を持つて居るとはいふことが出來ないから、當局の施設を強ち悪むといふのでないが、怖ぢ恐れるといふことが非常に悪い。世界風の流行した時、一人の衛生家があつて、食器から水から熱氣消毒して用ゐ、常にガラス戸を鎖し、一步も家を出なかつた。夫れでも何處からか風は這入つて、彼れは之れに罹つたといふことを聞いた。その一方平氣で仕事に従事し、電車で往復して居ても罹らなかつたものもある。用心をするのはよろしいが、恐れることは非常に悪い。好んでコレラ菌を嚙むにも當らぬが、誤つて飲んだとしても、意志の力で之れを蕃殖せしめぬといふ、強い信念を持つことがより必要である。いろは短歌にも「臭いものには蓋」といふがある。蓋の出来る間は蓋をして置くに限る。都會に於ける大掃除といふのがそれで、疊を上げ、床板をはづし、椽下の掃除をするのはよいが、之れが爲めに微菌は空中に飛上り、其の前後は微菌ばかり吸つて居ることとなる。大掃除の後に呼吸器患者が多くなることは、醫師でなくても分らう。地方だつてそうに違ない。

だから、衛生々々と、化學的衛生法を守らなければ、生きて行かれぬやうに宣傳し教育するは悪いことである。之れは物質文明中毒當局としては、當然の施設かも知れないが、夫れが國民に暗示を與へ、彼等をして衛生的に臆病な、神經質な、氣病み患者とならしめる。日本人は潔癖で湯を好むといふ。又湯に長く這入らなければ毒だといふ。西洋人は一週一度にキマツてゐる。前に『血圧高きは長生きが出來ぬ』といふ廣告のことをいつたが、血圧の高いのが恐ろしいよりも、血圧の高いものが湯に這入ると、腦の血管が破れるものである。血圧が低いからとて恐れることはない。湯に入らないで酒を飲まないで居れば、自然に癒るものである。昔神奈川縣に百歳近くまで生きた行水九郎右衛門といふがあつた。彼は其の長壽の秘法を湯に入らずして、年中行水ばかりして來た爲めと語つたといふ。太古に於いては人間が長命であつたことは争はれない。神武以後でも神武天皇の百二十七、孝安天皇の百三十七、孝靈天皇の百二十八、垂仁天皇の百四十、崇神天皇の百二十と、百歳以上長生せられた方は珍

らしくない所を以つて見れば、太古の神々はモット長命せられたことと思ふ。併し太古には火がなかつたのであるから、湯に入ることは出來ず、皆は水浴せられたことと思ふ。ミノギの起源がそれである。今日人間の壽命が短いのは湯に入り過ぎるからとも見られる。

以上は所謂衛生思想の誤つてゐることを擧げたのである。疾病に對する抗闘力は意志の力、即ち精神力ほど強いものがないことを略説したのである。

#### 第四講 靈示の現顯

##### 一、神託は靈示である

靈示は神の心の示現であり、高雅純潔なる人格が神の意を受けたものであることは既に説いた通りである。されば偉人高士のいふ所が、直ちに神の心を取り次ぐものであり、神意の示現となる場合がある。バイブルは耶蘇を通じて現はされたる靈示であ



つて、佛典は如何に浩瀚あつても、歸する所靈示といふことが出来る。孔孟の教も靈示であり、和學の諸先哲が教へられた所も靈示である。殊に和學に到つては、古事記や日本紀など、日本に取つて建國の教書にして、道德の經典ともいふべきものなるに時人之を筆閑視して徒らに佛典に走り、基督教に趣き、將た唯物主義に眩惑し、外來思想に感染する如きは、日本人として本末を顛倒し、主客を誤るものである。

彼の天孫降臨に際し、天祖之れに勅して『典葦原の瑞穂國は吾が子孫代々王たるべきの地なり。爾行きて治めよ』と仰せられた。之れが靈示でなくて何んであるか？

されば吾が日本帝國は神の意志、乃ち宇宙の心を享けて建てられたものである。世界の國々は六十有餘あるけれども、過半数は共和であり、三分の一ほどが君主國である。然るに其の君主國も易姓革命といつて、臣下が亂を起して天子となるか、天子自ら其の徳がないと知つて、臣下に天子の位を讓つたかである。二十に近き君主國中萬世一系皇統連綿たる國家は、一つも見出すことが出来ない。此れで見ても日本帝國

が神意に依つて造られたことが分るし、其の臣民たるものは天祖の神勅即ち靈示を體して、此の萬國無比にして尊く難有き國體を千萬億年の後までも、保存しなければならぬことが分らう。

弓削道鏡が天位を覬覦し奉るや、天皇は和氣清麿を遣して宇佐八幡の神勅を受けしめられた。然るに其の神勅は『吾が國は古來君臣の分定まる。臣下を以て君主の位置に上らんとする如きは、神譴を蒙らん』とあつた。之れ宇佐八幡の神官を通じて示現せられた天意でなくて何んであらう。即ち靈示であつて、之れを疑ふ如きは神を疑ふものである。宇宙の精神を信せぬものである。

## 二、文字と靈示

近來非常に書畫が流行する。例へば地方へ名士が旅行すると、誰れも彼れも記念にするからと、一筆染められんことを希望して止まぬ。まことに結構な傾向だと思ふ。

此の時名士の人格が崇高であつて、其の書かれた文字が雅逸にして力あるものでなければならぬことは勿論であるが、尙ほ其の字が含蓄する意味も大なる關係がある。何故なれば其の文字の意味と筆力と、筆者の人格とが渾然融合し、立派な靈示となり之れを壁間に掲げて二六時中讀誦し、諷吟すれば自己の人格砥礪に偉大なる効果あることはいふまでもない。

漢字は形象文字の進んだものであつて、其の形の中に崇嚴な意味が現はされて居る。●であるから、漢字より受ける靈示は彼の音を寫したアラビヤ文字と同一ではない。殊に行草に至りては文字の躍動するものあることは、今更喋々するまでもないのである。殊に之れを少年時代から見居れば、其の文字の意味が其の少年の第二の天性となることは勿論である。こうした經驗は誰れでも持つて居るのであるが、其の意味と筆者の人格とは、家長より時々家族に講義して聞かせるの必要がある。そして何方でも名士の筆になる扁額や書幅の靈示に富むものを、數枚數十枚調へ置きて、時々之れ

を取り換へるやうにしたいものである。此の場合靈示に富まぬもの、筆者の人格下劣なもの等は、呉れくも注意して掲揚せぬやうにすることは勿論である。

然らば書に就いてはどうであるか？ 自然の美を寫すことに於いては、書に優る數等であるが、其の書面が含蓄する所の靈示は書に及ばないし、其の雄渾逕烈さも書に及ばぬ。殊に洋書に到つては單に人の眼を遮着する如きものあるを以て、日本畫の精細を極めた描寫に如かぬは勿論である。

然らば靈示は書畫、夫れも人格者の手に成りしものからのみ受けるかといふに、必ずしもそうでない。夫れが印刷したものであつても、其の發行した所が權威ある所であるならば、之れを受ける強さは書畫と異りがない。此所に印刷したといふのは傳記其の他の書籍を意味するものでなく、文字を數字大きく印刷したものである。夫れは何んであるかといふに、彼のお守り札其の他の御札であつて、其の出所が伊勢太神宮とか、出雲大社とか、鹿島神宮香取神宮とか、之れを發行した神宮司廳の朱の

印が吾々をして敬虔の念を起さしめる。そして或は「家運長久」とか「家内安全」とかいふ文字が直ちに靈示となつて家を護り、家族の息災を保護し下さると思はしめるのである。されば信仰は單に家長一人を以て足れりとせず、全體が強い信仰に入らなければ、此の靈示を受けることが出来ないのである。此の頃科學思想が旺盛に成ると共に、少年少女が斯うした靈示を受けるお札、即ち神聖を迷信として粗末にする傾向あることは、長大息に堪へない所であるが、此の講義を讀んだならば懼然として怖れるであらう。端然として襟を正すであらう。

序に迷信に就いて聊か述べて置く。

前にも云つたやうに、神を信するといふことは、神にすがり、神に便るといふ心を強くすれば、其の間に於いて神と自己と同一となり、人間と其の大本家なる宇宙とが渾然一致するのである。だから神佛耶何れであつても之れを信するならば、夫れで人間の本来に歸ることが出来るのである。又夫れが既成宗教でなくても、多神教であつて

も信仰さへ固ければよいのである。然るに宗教家は神佛耶以外の宗教は迷信であると説く。併し之れも詮じ詰めれば迷信である。理窟に叶つたものでなければ即ち科學に叶つたものでなければ、宗教でないといふことであれば、夫れは宗教でなくて科學でないか？ 科學でなければ信仰でないといふ道理は成り立たぬ。即ち宗教は總べて迷信といふことに成る。之れは前にも少し講じたが、何れ日を改めて精しく説くこととして、茲には迷信の甚だしいものを少し挙げる。

新聞に其の日々の運勢が出て居る。之れを見て凶が出たとて氣を腐らし、或は仕事を休むなどは愚の極である。寧ろあんなものを見ぬ方がよい。見れば氣を腐らすのが人情であるから、其の日々の運勢を新聞の記事に托することは絶対に廢し、其日々の運勢は之れを神に願ふことにすればよい。即ち神を念じて「今日一日無事安穩に守らせ給へ」と願ふのである。夫れと同時に「今日一日は不正を働かせ給ふナ、眞直ぐに人の履むべき道を歩ませ給へ」と願ふのである。已れ不正を働かぬ神の加護を受

けつ　　でも、夫れは出来ない相談で、盜賊が身の加護を願ふと一般である。

い　　でなく新聞記事は、其の人を見て判断したのでなくて、此の性は吉、此の性は凶、木火土金水の五性に依つて、宜い加減に吉凶をふり向けるものである。吉が出た人は其の日の仕事にも精が出れば幸福も多いが、凶が出れば氣を腐らして何かの拍　　は我でもして、其の凶が當つたことに成るのである。だからアンナものは讀まぬに似る。又其れを堂々と載せてる新聞もあるが、讀者を釣る手段としても少し罪が深かすぎる。繰り返していふ人々はアンナものは當てにせず、直接神に向つて其の日を安穩に過ごさせ給はんことを御願すべきである。

### 三、人より靈示を受くる場合

抑　　然らば、吾々が人より靈示を受くることがあるか？  
座　　繰り返していつたやうに、純潔なる人格は神の心と一致するものであるから、

其の云ふ所は靈示を仲介するものである。見やうに依つては靈媒ともなる。だから人格者の言説は殆んど靈示といふことが出来るのである。前に擧げた偉人や高僧や吾々が日常接することは出来ないけれども、人格者に到つては偉人傑士高僧大徳といふほど稀れでない。一町一村に一人位の人格者は之れを發見するに難からぬ。そうした人格者の一言一行は、直ちに靈示となつて青年子弟に深い印象・感銘とを與へるのである。實に其の不用意に發する言動も、待等を指導し教養するに充分力あるものである。モシ又其の人が周到なる用意を以つて、或に疾病の相談や、家庭問題、結婚問題、其の他の相談に應ずるならば、疾病も快癒せしむることも出来やうし、家庭問題を解決することも出来やうし、結婚其の他の問題に對しても好指針となるに相違ない。之れは求めてそうした立場に立ちたいと考へたからとて、他の者が信頼しなければ駄目なことではあるが、自分の考では郷社の神官とか、菩提寺の住職とかいふ者が一番適任であると思ふ。

郷社の神官や菩提寺の住職や單に祝詞をのり、經典を誦するだけでは、村人の信用を買ふことが出来ない。そこで精神療法の講習を受け、實地に施行することを知らせ又癒つた實例を見せれば、これより有力な宣傳法はないのである。村長や町長や、之れも適任者であるが、昔から所坊主に所醫者の譬で、其の生え立ち性行が餘りに村人町人に知れる爲めに、其の靈示の力を殺ぐ場合がある。夫れと同時に其の經歷性格を熱知して居る爲めに、却つて靈示の効力が大なる場合もある。小學校長も適任者ではあるが、青年の癖として小學校を卒業し、何等修養も學問もせずとも、年を拾ふと校長を侮るものである。そういふ缺點があるので、神官と僧侶とが一番適任者である。そして彼等は神に奉仕し佛に歸依するばかりでなく、人を導き世を救ふのが任務なのであるから、進んで此の大任に膺られんことを望んで已まぬ。

## 第五講 靈示と人生の應用

### 一 萬人の健康長壽幸福

靈示は神の心の示現であるから、之れを人生に應用することは、神を瀆することに成りほしないかと思はれるが、併し靜かに考へると之れを人生の日常生活に應用することは却つて神に近づく所以であり、宇宙の精神を社會に實現することである。即ち神と人とを合一ならしめる唯一最良の方法である。

神の生民を降され給ふや、萬人の心を正しかれと念せられた。神は萬人を健かに長壽なれと之を造り給ふた。そして苟くも人として生れた以上は幸福ならんことを念とし給ふのである。然るに實際世間を見るに、人は正しからず、そして老少不定で、加之不幸悲惨ばかりである。之れ果して何が爲めであるか？ 他なし世人は何れも神の心を知らずして、神の心に背くからである。モシ萬人が萬人神の心を體し、神の心を

尊信するならば、何れも健康長壽にして幸福に世を送ることが出来るに違ない。

人は神に背き、神を瀆すものゝみである。之れに神の心即ち靈示を宣布し弘通することは、取りも直さず世を救ひ人を濟ふものである。人間を神に近づかせるものである。神人を合一せしめるものである。然らば神の心を宣布し弘通するにはドウすればよいかといふに、其の指導者即ち神の心を體得して居るものは、行住坐臥、之れが宣布弘通を心掛けることは勿論であるが、進んで疾病を治癒し、習癖を矯正するには、神の心を體得して効果ある靈示を與へなければならぬ。即ち人間は色々の暗示を受けて、恐れ、怖れ、嘆げき、悲しみ、而して健康を損じ、不幸となり、短命に終るのであるから、之の暗示を靈示に依つて取り除くか、夫れに代ふるに靈示を以つてするかしなければならぬ。之れが靈示の應用である。

唯々靈示を體得した人格者として存在するには、何等の技巧を要せぬ。即ち他人が此の人の一行一言から靈示を得やうとする場合には、何等の手段方法を講じなくても

よいが、他人の疾病や習癖を治療矯正するに當つては、技巧を用ゐなければ効果が尠なり。之れで見ても疾病等が如何に強く世間的暗示を受けて居るか、習癖が長い間に遂に性にも等しくなつて居るか分らう。併し人格の陶冶に於いても、術者（靈示を施すものを假りにこう呼ぶ）が進んで其の人格を改造しやうとするに當つては、治病矯癖に遑らざる努力を要するものである。

## 二、靈示の効果

此に一人の青年があつたとする。これに對して他の三人ばかりが聯合して、計畫的に此れを脅かすとする。其の青年が勤務する所から、若しくは他の所から歸つて來るのを知つて居て、此の三人は三ヶ所の曲り角か何處かに待ち伏せて居る。そして第一番目の者が、件の青年に突然行き遭ふ。

「ヤア暫くだネ。其の後は御無沙汰。時に君どうかしたか、大變顔色が悪い」

といふと、青年はキツト、

「何？ どうもしやしないよ」

と答へるに相違ない。而し内心には「ソナニ顔色が悪いかな。ドウしたんだらう？」と考へる。尙ほ數丁行くと次ぎの者が出て之れと同じ言葉を繰り返す。スルト益々心配して實際顔色が悪くなる。三度目の者は一層悪いやうにいふ。そうすると其の青年は全く病人に成つて、家に歸れば寝込んでしまふ。之れは従来屢々例に上げられたことであるが、諸君は此の反對の言葉を此の青年に掛けた時のことを想像して見たまへ。

此所に病弱な青年があつたとする。前のやうに三人が計畫して、第一の人が先づ途中で青年に行き逢ひ、

「イヤ、暫らく、君は身體が悪るいやうに聞いたが、少しも病人らしくないネ。此の前より見ると血色が非常に好いネ」

といふと件の青年はキツト生々して来るに相違ない。そして第二、第三の人から同じやうな言葉を掛けられると、歩む足取りも軽々しく、其の家に着くや、全く病人ではなくなつてしまふであらう。併し大概の場合こうした靈示を與へることをせぬものである。實際にこうした場合に掛ける言葉は、

「イヤ君、暫くだネ。ドウダネ、此頃病氣は？」

と来る。スルト青年は、

「ありがたう。追々善い（若しくは中々ハカトしくない）よ」

「そうか、それ、イカンネ。大切にいたまへ」といふのが普通である。「大切にいたまへ」といふと、病青年は「大切にしなければならぬ程自立つて悪いんだナ」と思ふから「ありがたう」と應へるのも力がない。然るに「バカに顔色が宜いネ。モウすつかもいしんだらう」

といへば、そんなに顔色が好くなつたかと、氣が軽くなるものである。

五〇  
自分は實際に靈示をこういふ具合に使用する。殊に病人は、それが何病に悩んで居るものでも、非常に靈示の感受性が強い。又反對に暗示の感受性も強い。賣藥や新藥や、病人を脅喝して成功するのも、實に此の暗示感受性の強い所を利用したものである。されば靈示を與ふるには非常に快潤にやらなければイケぬ。そうして先方の訴へを聞いてから發する慰藉的若しくは激勵的言葉ではイケぬ。全く意外であつたといふ感嘆に満ちた言葉でなくてはならぬ。

### 三、人間は弱いのが本然である

かやうに人間は強いやうで非常に弱いものである。他の言に自己の健康を左右せられ、生命を左右せられるものである。これは弱いのが人間の本然である。何故ならば人間は神の子であつて、神の御恵みに依つて生存して居るものである。例へば小兒が母親が居なくては片時も居られぬやうなもので、宇宙即ち神は人類の親であつて、人

間は神に依つて此の世に生み出された子なのである。子が親を慕ふは自然である。そして親の保護扶育なしには生存せられぬものであるのに、親の存在を知らない者は、之れに鈍ることが出来ないから、誰れかといふ事でも信用し耳を借すのである。盲龜の浮木に頼る如く、溺るゝものゝ藁をも攫むが如きものである。此の時に當つて盲龜に嚮ふべき方面を示し、溺るゝものに浮袋を與ふることは、天の靈示でなくてなんであらう。

古語に「人の死なんとする其の言や美し、鳥の死なんとする其の聲や悲し」といふことがある。死といふことは宇宙に歸ることであつて、小我が大我に歸することであるから、毫も悲しむべきものではないのである。然るに鳥や其の他の動物は靈性が不逞して居るから、之の理を知ることが出来ず、死せんとするや其の聲が悲しいのである。然るに人間は靈性を多分に享有して居るから、たとへ其の理を辨へざるものであつても、自然に之れを感ずるのである。



平生極惡非道であつたものが、死せんとするに當つては、其の言や美しく、全く人間の本性に歸り、慈悲心を發揮し、菩提心を起すのも、歸する所修羅の妄執から覺めるからである。即ち一休禪師の所謂「門松は冥土の旅の一里塚」は、夫れがを數經るに隨つて漸次宇宙の大精神に近づくのである。一里塚は先へ行くほど大我の精神濃厚となる譯である。所が生れ落ちると其の方向を誤つて、あらぬ方面へ心を嚮けて來た者は、死ぬ間際まで之れを覺らず、いよいよ此世を御暇するに當つて、ハット之れに氣附くのである。

されば早く之れを覺つた者は、神に倚り掛り神と共に生き、神に護られて旅するのであるから、心丈夫であることはさることながら、隨つて病魔や煩惱の覬覦する餘地がない。そこで健康長壽を保つことが出来る。古聖先賢や、高僧碩徳が健康長壽であつたのは、此の間の消息を語つて餘蘊なきものである。

要するに人間は弱いのが本然であるが、神と共に存在することを知れば非常に強く

なる。神が人間の心に充ち満ちて、外敵も防げば内患も驅除するのである。されば世に所謂信仰療法と靈示療法とは、趣致を一にするものがないではない。

## 第六講 靈示の臨床的解決

### 一、人格改造の靈示

靈示に依つて人格を改造するには、之れを一朝一夕に望むことは出来ないが、靈示が其の觀念に深く強く印象せられる時、其の人格は全く更新せられたものとなる。而して其の舊人格の如何に必つて靈示を與へることも相異なる。此所に人格といふのは性格の改造に依つて漸次達することの出来るものであつて、大人格に到つては宇宙の精神と一致したもので、之れは非常な努力と修養に俟たなければならない。孔子の所謂「仁」といふのはそうした大人格を指すのである。

巧言令色鮮きは仁なり

剛毅朴訥は仁に近し

長者先輩に禮を致すは當然のことであるが、夫れも過ぐれば諛となり、巧言令色となるのである。剛毅朴訥でも夫れが過ぐれば非禮となる。こうした靈示を孔孟の書に求むれば、まだ中々に多い。

君子重からざれば威あらず、學べば固ならず。(孔子)

義を見てせざるは勇なきなり。(同)

賢を見てはしからんことを思へ。不賢を見ては内に自ら省みよ。(同)

不義にして富み且つ貴きは我に於いて浮雲の如し。(同)

過つて改むるに憚ること勿れ。(同)

仁の不仁に勝つは猶水の火に勝つ如し。(孟子)

仁は人の安宅なり、義は人の正路なり。(同)

仁者は難きを先にして獲ることを後にす。(同)

古の人は民と偕に樂しむ故に能く樂しむなり。(同)

大人格に達するの靈示は、古聖先賢の書より學ぶがよい。本講に於いては性格改造に對する臨床的靈示を解説する。

短氣の改造 此の性格の原因は先天的と後天的とある。後天的は畢竟其の幼時甘やかされて我儘に育つたことを證するものである。何れも人間は社會的生活を営むものであることを知り、自分の思ふ儘にはならぬものであることに氣附かば、漸次其の度を減するものである。之れに對して與ふる靈示は、古人の金言を教ゆるのが最も捷徑である。

一、短氣を戒むる十戒

一に後悔あり、二に物くるし、三に其の愚現はる、四に智ある人親します、五に他人に仇の思をなさしめ、六に器を損じ、七に病を生ず、八に争ひ多し、九に苦勞多し、十に衆惡發す。

- 一、心に怒ある時は言葉はげし。怒なき時は言葉柔和なり (徳川家宣)
- 一、心に堪忍なき時は、物をそこなふ。堪忍あるときは物を整ふ。(同)
- 一、短氣は損氣 (俚諺)
- 一、出来る勘忍なら誰れもする、成らぬ勘忍するが勘忍 (同)
- 一、謙遜のものは遂に幸來る (補正成)
- 一、不遜のものは終に災害を來す (同)
- 一、怒りを忍んで以て陰氣を全らし、喜びを抑へて以て陽氣を養ふ (抱朴子)
- 一、むつとして歸れば門の柳かな (古川柳)
- 一、氣に入らぬ風もあらうが柳かな (同)
- 一、分別は勘忍にありと知るべし (徳川光圀)
- 一、今日一日は腹を立つべからず。(里諺)
- 一、勘忍五兩 (俚諺)

大隈伯は腹が立つと湯に入つたといふことである。又腹が立つと書を讀んだ人もある。曲亭馬琴は「腹が立てば心を丹田に鎮むべし」といつた。其の他色々各自に工夫して短氣を改めた人の例を語ることは大いに効果がある。

粗暴性の改造 これも家庭で甘やかされたか或は先天性である。一人ツ子など可愛がる餘り、愛の鞭を加へなかつた爲めに、我儘が充じて粗暴性となるのである。又先天性は脳の缺陷より起るものもある。

- 一、惡は小なりとも之れを爲すこと勿れ。
- 一、善は小なりとも之れを爲すべし。(劉備)
- 一、善を爲せば天に生じ、惡を爲せば淵に入る。(法苑珠林)
- 一、善人は不善人の師なり。不善の人は善人の資なり。(老子)
- 一、陰徳あれば陽報あり、徳は不祥に勝ち、仁は百禍を除く(烈女傳)
- 一、禍福門なく、唯だ人の招ぐ所(左傳)

一、怒らんとする前に十の數を算へよ。若し甚だしく怒らんとする時は百の數を算へよ。(西諺)

一、身體髮膚之れを父母に受く、敢へて毀傷せざるは孝の始めなり。身を立て道を行ひ、名を後世に揚げて以つて父母を顯はすは孝の終りなり。(孔子)

一、正直の頭に神宿る(俚諺)

一、倭人笛を吹けば惡魔踊る(西諺)

一、生命は奪ふを得べきも芳名は奪ふべからず。(西諺)

出しやばりの改造 これも後天性多く、父母の教育の宜しからざるが原因を爲す。

世の中の子に惡るものはなけれども、惡るく育て、惡る者となる。

惡態は家業の足しにならぬもの、子持ちの親は殊にたしなめ。

疾なく氣隨氣儘に育てたる、子供の親は何時も苦をする。

あまい親、子供可愛と氣儘させ、老いての後に今は後悔等の道歌があるが、これ等は何れも子を持つ親に對して好個の靈示である。本人に對する靈示としては

一、出る杭は打たる(俚諺)

一、女さかしうして牛賣りそこね(同)

一、口開いて腸 見ゆる田螺かな

一、物言へば唇寒し秋の風

一、天狗高慢蜂鼻を刺す、お多福ころんで鼻つかす(俚諺)

一、口ほどに身の行ひのならざれば、我心にも恥ぢられぞする(道歌)

一、多言慮外は身を亡ばす根太(俚諺)

忍耐力の養成 忍耐力がないことは取りも直さず意志の薄弱なるを表白するものである。而して何事に成功するにも、第一の要素となるのは忍耐力であるから、之れを

欲くの性格は成功すべからずといふも不可がない。

六〇

- 一、艱難汝を玉にす。
- 一、勉強は幸福の母、
- 一、習ふより慣れろ、
- 一、習慣は第二の天性、
- 一、能はずといふ語なし（ナポレオン）
- 一、精勤退かざれば一念天に通ず、
- 一、如何なる弱き人と雖、その全力を單一の目的に傾注すれば、必ず其の事を爲し得べし。（西諺）
- 一、汝若し成功を望まば不屈不撓を親友とし、經驗を良顧問とし、戒心を兄とし、希望を守護神とせよ。（同）
- 一、艱難に優りたる教育なし、

一、苦痛の後の快樂は甘美なり、

一、歡樂極まりて哀傷生ず、

此の外性急の改造、引込思案の改造等も性格改造の内に入れるものである。そして以上挙げた靈示の外にも、適切にして有力なるものも非常に多いが、紙數に限りあるを以て本講には之を略し、何れ機会があつたら大増補大改訂をしたいと思いますと思ふ。

尙ほ靈示に使用する言句は、此所に挙げたものに限つた譯ではない。諸君が他の書籍より取つて、剽切なものを使用せられるがよい。唯自分としては手製の言句よりは古人の格言箴言として存在するものを取る方が、より効果があり方があると思ふ。

## 二、治病矯癖の靈示

靈示を疾病に應用するに當つては、所謂應病與藥と同一で、治を求むる人々に依つて、之を異にしなければならぬ。勿論強い固い信仰を起さしめることは、治療に取

り掛る第一要件である。もし其の人が強い信仰を持ちさへすれば、術者のいふ所説く所は、直に神の宣示と取るから、其の效果の顯著なるはいふまでもない。

かくの如く、神を信じ神に身を托する一方、観念力を養成せしめることは、靈示療法をして愈々有效ならしめるものである。観念力一言葉を換へれば思念力は、神の分身である小我の力であるから、取りも直さず神の力といふことが出来る。之れを自己の力とすることは、常に自己の無力を知る一般人士には信ぜられぬことであらうが、神の力の一部であるとすれば、其の偉大なる力あることは毫も怪しむこと要せぬこととなる。

観念力の偉大なることを知らしめる方法は、求治者をして両手の指を交互に組み合はさせ、そして自分で

「此の手は開かない」

と観念させる。其の手が開けるのは「開かない」といふ観念をして居らぬか、観念が

足りないかであるから、猶ほ観念を繰り返させ、幾度か手を開かしめ、いよく其の手が開かぬやうになるのを見て、

「どうです、観念の力は強いものだらう。アナタの心には病氣に罹つて困つたといふ観念のみが働いて居るから、病氣が癒らないのである。唯今から「病氣は治つた」と観念しなさい。「病氣は治つた」といふ観念が強ければ、丁度アナタの手が開かなかつたやうに、病氣も其の力を揮ふことが出来ないのです。観念の力は非常に強いものであつて、全智全能の神の力と一致し、そして病魔折伏に當るものである。」

とこういつて聞かせる。これは總べての患者に、必ず其の初めに與へる豫備靈示である。これだけで今迄の病氣がケロリと癒るものもあるが、癒らないものもあるから二三回通はせるのである。そして色々と靈示を聞かせるのであるが、二回目三回目共に、其の入り来るや「顔色が非常に善くなつて、此間見た時に比すれば全く別人のやうだ」と、其の病氣に對する懸念を打ち破ることは非常に効果がある。

此の両手を組み合せて、自ら「開けぬ」と観念することは、丁度催眠術を施して置いて「閉じた目がドウしても開けぬ」と暗示すれば開けぬと同じであつて、諸君の疾くに御承知のことであらう。これを自分で観念しても同じ作用がある。自分で観念して目を閉ぢても、其れが強ければドウしても開けぬもので、夫れを開くことが出来るのは、観念の力が足りないからである。若しくは全然観念しないからである。

例へば、關節炎にて手の曲がらぬものがある。これは曲がらぬといふ観念が強いからであつて、反對に曲がるといふ観念が強かつたなら曲るものである。又同患者は痛いといふ観念が強いからにも依るから、これも痛くないといふ観念を強からしめればよいのである。それと同時に強い信仰を持つことが必要なのは勿論で、前の自己観念の力と、此の信仰の力とに依つて、其の癒能力を一層促進させることが靈示療法の特長である、又他に類例のない所なのである。

頑固な胃病や、執拗な神経衰弱に對しては、數里の間徒歩せざれば達し得ざる神

社に參拜を勧めるのもよい。一には信仰の心を起こさしめる利益もあるが、胃病患者は間食をする爲の病を重らせ、又運動不足から胃の働きを不活潑ならしめるものであるから、徒歩峻嶮を攀づるに當つては間食の時間と與へず、四肢五體に運動を十分に與へ、而して毎日一室に密閉して居るものが、幽邃閑寂の境に遊べば、心氣自ら潤け氣宇自ら浩大となり、そして飢渴を訴ふること甚だしく、之れをして飽滿せしむるも何等影響なく、全く病氣を忘れるものである。

殊に神経衰弱者は其の最大原因が、青年學生ならば自瀆にあるし、既婚者であつても矢張り房事過度に在るから、青年學生は運動して疲れ眠り、邪念の起る餘暇なからしめればよいのである。既婚者も其の相手から數日の間解放すれば、自然に恢復するは不思議なほどである。だから此の患は五六日掛りの神參りを命ずるがよい。神経衰弱の他の原因には或は債主に責めらるとか、試験に脅かされるとか、婦人關係で眠られぬとか、必らず何等かの脅迫観念が伴ふものである。こうした脅迫から逃れしめ

る爲めにも、旅行は非常に効果があるものである。

明治二十年頃の少學讀本にこういふのがあつた。或る所に一人の青年があつて、ぶら／＼病に罹つた。名醫に診せたけれども中々癒らない。スルト奇智あるものが、某山の麓に某といふ良醫あり、如何なる疾病と雖ども、百發百中せざるなし、往きて治を乞ひば、立所に平癒すべし」と告げて呉れた。そこで件の青年は徒歩幾夜の泊りを重ねて某山に到り、某を尋ねたけれども、そんなものはなかつた。青年は大に怒つたけれども致し方がない。併し病は何時か癒つて居たといふのがあつた。これは靈示療法の効果をしめたものであつたが、其後科學療法萬能の世界となつて、惜しいかな此の頃は教科書から削られてしまつた。

肺病が從來誤つた靈示に災せられて、夫れほどでもない病氣を、氣で氣を病み、獨りでに悪くするか、或は悪くなつたと思つてゐるものが多いことは前の方で説いたけれども同病患者は靈示療法の感受性に富み、豫備靈示を與へた丈で、殆んど治

癒するものである。併し二期三期と進んだものには、尙ほ靈示を繰り返す必要がある。今日では肺病専門の博士でも、同病は精神治療法に依るより外に適當な療法はないと口を揃へていつてる程であるから、靈示療法の効果あることは勿論である。之れに對する靈示は從來の療法の誤れることを説き聞かせ、精神統一をして神に絶れば、薬など飲まなくても自然に癒る。薬は病氣に效くけれども同時に身體に害をするものであるから、薬を飲まないで身體を保ちさへすれば、自癒能力で獨りでに病菌は殺してしまふことを解せしめるのである。

又諸博士の精神療法でなければイケぬといふ説を一一紹介するのもよいと思ふ。茲に之れを一一引くのは煩に堪へぬことであるから、之れは諸君が注意して新聞雑誌の記事か、或書から抜いたものを各自調製せられんことを望む。尤も自分は多くの成書から抜いたものを澤山所持して居るから、近く之ればかりを集めて一書を編みたいと思つてゐる。



腎臓病 之れも靈示療法の効果が顯著な病氣である。自分の知つてゐる患者は、家甚だ貧しいのに腎臓結石になつた。そして二三の博士に診察して貰つたが、何れも入院手術をしなければ癒らぬといふのであつた。そして何れも百圓内外の費用が入るのである。その費用は彼れの身分として到底出来る道がなかつたから、座して死を待つより外はないのである。之れを聞いた或る神道教師は、其の家に到り「神に願へばキツト癒る。」と斷言した。スルト座して死を待つよりも、神様にお願ひしやうと、一心單めて信心したのである。すると何時の間にか結石は無くなつてしまつたといふ、奇蹟のやうな事實談がある。

其の他の諸病に就いても、學者宜しく機宜の處置を執れば、奏効確實であることを斷言する。

習癖矯正 之れは自分の意志で自己をトウすることも出来ないものであるから、自分の意志次第に自分がなれば矯正の實が擧るのである。即ち疾病に對する豫備靈示を繰り

返させ、觀念の力で組み合せた手や閉ぢた眼がどうにも成らぬことをやらせれば、習癖は自分の思ふやうに改められる譯である。例へば物を盗む癖であるが、自分で「どうしても盗むことは出来ない」といふ靈示を繰り返し、之れが自分の觀念に強く彫りつけられ、ば、手を出そうとしても出ないことは、手を開かうとしても開けないのに見ても、容易に首肯せられるであらう。

其の他チョットした場合に顔を赤くする癖、寢小便癖、ありとあらゆる癖は、靈示療法に依れば容易に直る。但し自分が癒そうといふ意志の無いもの、例へば寢小便癖の少年少女とか、盜癖ある少年少女とか、親達は直してやりたいと切願しても、當人は直そうとも何んとも思つて居らぬのに對しては、靈示療法は殆んど効果が無い。かやうに自ら進んで自分の癖を治そうとせぬ者に對しては、靈力療法に依るよりも催眠術療法に依る方がよい。催眠術療法ならば、十歳前後になれば容易に催眠するし、暗示の効果も顯著であつて、容易く之れ等の癖は矯正せられるものである。

### 三、靈示療法に従ふ者の資格

靈示療法に従ふものは、其の資格が六つかしい。勿論法律で定められた譯でないから、誰れがやつたからとて差支はないが、唯資格の完全したものでなければ、求治者に感應する場合に厚薄がある。資格完全せる者が施せば一の力で十の効果があるものでも、資格足らざる者が施すと十の力を以て一の効果を収めることも出来ないといふ不結果に成る。そればかりでなく、延いては靈示療法の價値を疑はれることとなり、靈示療法ばかりではなく一般精神療法の價値にまで累を及ぼすやうになるから、本療法術士とならんとする者は、左の各項を具備したものでなくてはならぬ。

- 一、人格高潔なること
- 二、學問見識に富むこと
- 三、神道教師若しくは佛教僧侶にして信仰篤きもの

- 四、宗教家に非らざる者と雖、強き信仰あるもの
  - 五、一種以上の精神療法を修得したるもの
  - 六、催眠術療法を修得したるか、少くとも之れに理解あるもの
  - 七、年齢餘りに若からざること
- 右の内第七項は、今日では二十歳ソコソコの士が、門戸を張つてる向もあるが、自分の意見としては門戸を張るにはドウしても而立を過ぎた方がよいと思ふ。不惑を過ぎれば尚ほよい。他の仕事は餘り年を取ると出来ない。氣合術でも餘り年を取れば聲が出ないが、靈示療法は談話の内に相手に靈示を吹き込むのであるから、如何に老年と雖も出来るといふ特長がある。其の反對に餘り年が若いと、相手の心を攫み、左の方にばかり行きたがる心を、右の方に向けて衝き進ませるといふやうな、技術に於いて缺くる所があり、従つて相手に「頼と尊敬とを拂はれないといふ短所がある。併し人には天賦の才があるものであるから、年は若くともそうした才能を持つてる者は術士

としての資格十分である。

## 第七講 結 論

靈示療法は絶対他力ではない。絶対自力でもない。他力と自力とが合して、性格、疾病、習癖等を治療せしめるものである。若し自力を一とし、他力を一とすれば、靈示療法は其の合した力即ち二の効力が出る譯である。

唯世人は靈示療法を以て非常に耳新らしく感ずるであらう。けれども古來日本に行はれた療法が何れも靈示療法であることは、縷々と説いた所に依つて諒解したであらう。精神療法が盛んに成つた。そして何れも催眠術か之れに類するものでなければならぬ。精神療法でないと思つてゐる。併し催眠術にも無催眠術療法といふのがあるから、之れを科学的に説明するならば、靈示療法は無催眠術法に屬するものといへるであらう。併し自分は催眠術療法は、決して萬人が萬人に應用出来るものでないと考へる。

何故かなれば催眠するといふこと即ち人間がメスマルザイズするといふことは、術者に對する一種の恐怖、崇敬が伴ふものである。然るに今日のやうに催眠術士の人格が下落した一方、一般の知識が向上して來ると、之れに感應するものが尠くなつて行く。否、昔時のやうに奇術を演ずるほど深く催眠するものは漸次少くなつた。殊に知識階級にはソウした状態に成る者が尠い。それならば必ずしも催眠術をかけるには及ばない。催眠術は暗示に依つて、其の人格を轉換せしめるのであるが、其の人格が轉換する者の少くなつた今日、催眠術をかける必要がないのである。そして信仰に依つて精神を統一し、日常靈示を受けて居さへすれば、其効果は催眠術に依つて暗示を與へられたと同様である。併し自分は決して催眠術の無用を叫ぶものではない。寧ろ自分が新に靈示を唱説することは、催眠術の進歩と見るべきである。乃ち催眠術を長年月研究し、傳授し、施術して居る間に、自分は無催眠にして、催眠中と同一の效果ある靈示を發見したのである。

暗示は暗示と相似たやうなものであるが、天啓とか天意とか高遠幽妙なものを、暗示といふのは頗る當を得て居らぬ。又暗示は専ら催眠術の用語をいひ、世間では一般的に受けるものを暗示とは思つて居ない。本講義では催眠術の暗示も暗示とし、一般世間から受けるサゼツションも暗示とした。そして靈妙不可思議なる天啓、天意の示現等、世間的暗示催眠的暗示と、截然區別すべきものを暗示としたのである。唯自分は多忙と、べ切り切迫との爲めに十分推敲することが出来なかつたのと、紙數に限りあつて諸書を涉獵し所謂博引旁搜するを許されざりしとは頗る遺憾とする所である。

### 催眠篇に就いて御斷り

本講義録の『催眠篇』は其の學説は陳套にして其の方法は歴史上のものである。自分分は聊かならず不満に思ふけれども、他の講師に依つて既に原稿が出来て居たのであ

るから如何ともすることが出来なかつた。

併し現在本院に於いて實際教授して居る所は、自分の最も進歩せる清水式催眠法であるから、『催眠篇』を読んで満足の出來ない方は、直接教授を受けられんことをお勧めする。

若し自分に時間がありさへすれば、『靈氣篇』と同時に『催眠篇』も稿を新にして、最も新歩せる術を講述したのである。けれども『催眠篇』は術式や學説は古いが其の講述の方法は委曲を盡くし、懇到を極め、初學の士をして入り易く解し易からしめてある。されば之れに依つて其の門に入り、漸次新らしき術式に進むのも決して不利益ではない。近き將來に於いて自分が少閑を得次第之れを全然改訂し増補して、最も新らしい最も進歩したものとするをお約束する。

# 靈示篇終

## 催眠術篇

大日本心靈學院編

### 上編 催眠術の實驗

#### 第一章 催眠術とはどういふものか

催眠術は決して不思議なものではない……心理學に研究され、その應用され  
たものが催眠術……注意の集注が催眠術の心理……その學理は深遠である  
催眠術は誰にでも出来るもの……

催眠術といふ言葉は、最早四十年近く一般に傳はつて居ります。勿論外國語を日本の文字に譯しましたので、それが適當な譯語であるかどうかといふ事は後に述べます

が、兎も角催眠術といふものは、人を眠らせる技術といふ風に思はれて居ります。併し催眠術は單に人を眠らせる術といふやうなものでは無いので、催眠術にかゝつた人は、なるほど眠つたやうな形にはなつて居りますが、普通の睡眠とは全く別な状態なのであります。此事も後に悉く述べる事にいたします。

それから催眠術をよく知らない人は、催眠術といふものは、昔の人の所説切士丹バツテレンの法とでもいふやうに思ひ、何か非常に不思議な魔術でもするやうに思つてゐる人もありますが、これは大變な勘違ひです。催眠術は決して不思議なものでも無い。それは随分不思議にも思はれ、何か魔術といふやうなものを行ふかのやうにも見えないでもありませんが、それには一々學理があるので學問の力で何處までも解釋がつくのでありますから、甚麼に不思議に見えてもそれは斷じて不思議ではないのであります。

催眠術が時として極めて不思議なものゝやうに見える所から、いろゝくに臆測し

て、

催眠術にかけられることゝな事でもされるさうだ、催眠術は恐ろしいものだ。

なぞと言ひ振らす人があつたり、又は、

催眠術にかゝると自分の隠してゐる事、思つてゐる事を何も彼もペラ／＼喋り出すさうだ。

なぞといつて、催眠術はまるで神の仕業か、悪魔の妖術かのやうに、滑稽な考へを持つ人が尠くないやうであります。が、さういふ特別に意想外な不思議な事がある可きものではなく、それらは何れも催眠術を本當に知らないから起る大それた間違ひなのであつて、催眠術は決して今日の學問で解らぬやうな、莫迦氣た、奇妙奇手烈な、或は白痴脅しや小供だましのやうなもので無い事を豫じめ考へて貰はねばなりません。何故なれば、催眠術といふものは、今日進歩しました學問の中の、主として人の精神を研究する心理學に由つて創まつたもので、心理學に由つて研究された、人間の精

神作用を應用して、始めて催眠術といふものが出来たからであります。

尤も今日のやうに心理學の發達しなかつた時代、それよりもずっと古い太古に於いても催眠術に類似したものが行はれては居りましたけれども、それ等は今日の催眠術の學理で皆説明のつくもので、矢張毫も不思議ではないのであります。

併し乍ら、いくら催眠術は不思議なものではないといつても、『お前の眼は開かなくなる』といはれるとその通り開かなくなつたり、或は水をコップに入れて、『これは酒です、酒の匂ひがする』といはれると、やはりそのいふ通りに酒の匂ひがするといふやうな事はどうも不思議であるといふ人が多い。況して催眠状態の一つに強直状態といふのがあつて、催眠術にかゝつてゐる人の身體を、まるで棒のやうにして下へ、椅子と椅子の上に身體を横にし、頭と足の踵だけで支へ、その上に小兒くらゐ乗せても人間の身體が撓みもせぬといふやうな實驗を見たゞけの人は、只もう無闇に催眠術は不思議なものと思つて、まるで奇術か手品のやうに不思議扱ひにする人が多い。

のでありますが、それ等も、學理上實際少しも不思議で無いのであります。で、その學理に就いては茲に簡単に述べられないので、後の『催眠術の學理』編に詳しく説明いたします。

催眠術の學理は到底簡単に述べられるものではありませんが、催眠状態にある人の心理作用を一言に申してみますと、

『精神の統一した状態』若くは、『注意の集中した状態』

といふ事が出来ます。併し精神の統一とか注意の集中とか云つても、専門外の人には鳥渡解り悪いでせうが、これを平易に申せば、

『人の心がいろ／＼に動かすに、一つの事に集つてゐるありさま。』

であります。例へば吾々が何か自分の好む事を一心になつてやつてゐますと、その時の心持は所謂外に少しも氣が散らずに、その事だけに心の全力が傾いてゐるので、傍で随分騒がしい事があつても一向氣がつかず、心にも外の考へ事は少しも無く、一心

△その  
學理は  
深遠で  
あるが  
催眠術  
は誰に  
も出來  
るもの

不亂にやつてゐるものです。かういふ場合の吾々の心のありさまを稱して、精神の統一とか、注心の集中とか申しますので、催眠術ではかけられる人(被術者)は、かける人(施術者)に對して注意を集中し、その精神は自然に統一されて來るので、これが催眠状態の心理であります。

催眠状態の心理作用、またその生理作用、それから催眠術の學理を深く研究する事は中々容易で無いけれども、催眠術そのものはこれを實地に行ふ上に決して難かしいものではありません。催眠の學理は深遠であるが、催眠術は誰にでも出来るものであります。

斯ういふと、催眠術が誰にも出来るものとすれば、危険至極であるとか、甚だ有害であらうとか、やはり臆測をする人があります。併し事實は一番確かであつて、催眠術はその深遠な學理全般に亘つて知悉せぬ人でも催眠施術は容易に出来るのであります。そして危険だとか有害だとか考へるのは、やはり催眠術を知らぬものが、取

越苦勞をする事で正しく行ふ上には決して危険とか、有害とかいふ事はあるべきものではない。

元來、催眠術はこれを應用して、人の精神にも身體にもその害を除き、その益を計る事によつて價值を生ずるものであります。催眠術に有害とか危険とかいふことが伴ふと思ふ如きは、甚だ矛盾した理窟といはねばなりません。併し、此處で誰にも出来るといふ意味は學ばずして出来るといふやうに取つて貰つてはなりません。一應は催眠術に關する智識を得て居らねば、それは催眠術といふもの、見當もつかぬのであるから、出来る筈は無い。只、催眠術を何か神秘的な妖術のやうに考へたり、また秘傳でもあつてそれを授けられねば出来ぬもの、やうに考へたり、極端に不思議扱ひをする人々に對して、催眠術は決してそんな勿振つたものではない、誰にでも出来るものであるといふのであります。催眠術の教授を受けるために、多額の報酬を仕拂ふとか、催眠術を教へるといふ者が何か秘密の傳授でもするやうに勿振つたり不當の



報酬を要求したりするのが多いから、それ等に對して、催眠術は誰にも出来るものであるといふのであります。

それから催眠術を學ぼうとする者が、從來いくら催眠術の書物を読んで見ても解らないとか出来無いとかいふやうであります。これは從來の催眠術に關する書物に、施術の出来るやうに書いてあるものが無かつたからであります。甚だしいものになると、催眠術家を標榜して居つて催眠術の書籍を賣り、實地の施術は直接に教授する杯といつて、多額不當の報酬を得てゐる者が頗る多いのであります。夫等に對して、予は本書を精讀すれば誰にでも催眠術は出来ること斷言する次第であります。

## 第二章 催眠術に必要な三つの方法

第一の手順……第二の手順……第三の手順……此の三つの方法が催眠

術の要領……

前草にも申して置きましたが、催眠術の學理は深遠なものであるけれども、催眠術を行ひ得る事は本書を精讀する事によつて誰にでも出来ること斷つてあるのであります。から、本書によつて催眠術を學ぼうとする人は、初めから確信を持つて讀んでくれなければならぬ。確信を持つて讀むといふのは、必ず本書に記されてある事を能く呑み込めば、確かに催眠術は出来るのであると、確く自ら信じてかゝるのであります。此事は後に至つて思ひ合されることであるから、決しておろそかに思はず十分に心に留めておいて貰ひたい。

世の中には催眠術に關する書物は澤山にありますが、講師が確信をもつて此の書物だけで施術は十分に出来ること爲し、また講習者がそれを信頼して讀んでくれるのでなければ、實行は出来悪いのであります。此處の關係が餘程大切でありますから、本講義録に就いて細心に研究して貰ひたいのであります。

△第一  
の手順

さて、催眠術を行ふには、俗にいへばかける人とかけられる人と二人の關係がありそのかける人を施術者といひ、かけられる人を被術者といふのです。で、第一の手順としては施術者と被術者との間に、かける、かけられるといふ關係が成り立たねばなりません。此のかける、かけられるの關係が初めに成り立たず、被術者が、

『僕にはどうしたつて催眠術なんか、かゝるもんじやない』

と反抗して居りましても、それを催眠状態に誘ふ事も出来るので、これは後章に述べてありますが、先づ普通の場合は、第一に施術者と被術者との間に、かける、かけられるの關係が成り立つのであります。

そして此の關係を成り立たせて行く事が、やはり後章に述べる「豫期作用」といふ事でありますが、何か病氣があつてその病氣は催眠術で治るといふから治してくれといふやうな被術者があれば、被術者の心持は、

『催眠術によつて自分の病氣を治して貰ひたい』

△第二  
の手順

といふのであるから、此ういふ場合には既に施術者と被術者との關係は成立して居るので、直ちに施術に取りかゝる事が出来るのであります。此の施術の第一の手順を催眠誘導法といつて、これは次ぎの第三章に述べてあります。

第一の手順から、次ぎに第二の手順としては、催眠中の暗示といつて、此事は第四章に詳しく述べてあります。第一の手順は催眠誘導法即ち俗にいへば、「ねむらせる法」で、被術者を催眠状態に誘ひ入れて了ふのでありますが、その催眠状態にはいつて了つた被術者に對して、施術者が暗示（暗示のことは後に詳しく述べてあります）を與へて行くのが第二の手順なのです。

此の暗示を與へるといふ事は、例へば被術者が不眠症で困るから催眠術で治してくれといつて、催眠状態に誘導した場合ならば、その不眠症の治るといふ意味を明言するのであります。即ち、

『貴下には能く催眠術がかゝつてゐる。貴下の病氣は催眠術ですつかり治つてしま

つた。貴下は今晚から非常に心持好く熟睡することが出来ます。もう貴下は睡られず

に困るやうなことは決して無い。今晚から十分に熟睡することが出来る。』  
といふ風に被術者に對して、施術者は、静かなそして明瞭な底力のある低い聲で命ず

るのであります。これはほんの一例に過ぎないのであります。他の場合もこれに準へて知るべきで、例へば被術者は神経衰弱で困つてゐる人なれば、  
『貴下の脳神経は非常に丈夫になつた、これから貴下はつまらぬ事に決して氣を揉ま

まない。貴下の頭はいつもはつきりして非常に氣持好く仕事が出来。もう決して仕事に飽きるといふやうな事は斷じて無い。貴下の神経の衰弱はすっかり回復した。その通り貴下の神経は丈夫になつた。』  
といふやうに、相手によつて臨機應變に暗示を與へるのであります。  
次に、第一、第二に亞いで三の手順は催眠状態にはいつてゐる被術者を、もと

にもごしてくる事、即ち眠りをさます法であります。これは催眠覺醒法といつて第五

△第三の手順

章に詳しく述べてあります。

以上の第一、第二、第三の手順が催眠術の要領でありまして、その第一の誘導法、第二の暗示法、第三の覺醒法につき一々次章から詳しく述べるのであります。催眠術の要領を知らせるため、かういふ三つの方法が催眠術の内容であるといふ事を述べ

ておくのであります。  
で、此の第一、第二、第三の三つの方法が催眠術の要領なので、催眠術には必ず此の第一、第二、第三の手順を追はねばならぬものでありますから、この順序を先づ能く吞み込んでおかなければなりません。

そして此の順序によつて、次ぎの第三章眠らせる法が第一の手順、その次ぎの第四章暗示法が第二の手順、その次ぎの第五章眠りから覺ます法が第三の手順でありますから、これについての方法と説明を十分に吞み込んで了へば、催眠術を行ひ得る最初の要領を學んだ事になるのであります。それゆゑに次ぎの第三章から第四章第五章、

△此の三つの方法が催眠術の要領

と眠らせる法、暗示法、覺ます法を十分に納得していたゞきたい。それでないに催眠術を行ふ可き根底が確固としないからであります。

### 第三章 眠らせる法

催眠誘導法……凝視法……言語暗示……メスマレル氏のパスス法……撫按法……  
眼み合ひの法……眼を閉閉せしむる法……眼を壓す法……氣合術其他の方法

眠らせる法とは解り易く申したので、只普通の睡眠を促すことでは無論ありません。術語にていへば催眠誘導法といふので、これは漸次に人をして催眠状態に引き入れて来る仕方なのであります。

併しこの眠らせる法即ち催眠誘導法も、學者によつてそれ／＼自己の研究と實驗の結果、自分で好いと思ふものを定めてゐるので、それには以下順次述べますやうにいろ／＼の方法があります。けれどもその等の方法は何れが好い、何れが悪いと一概に

△催眠  
誘導法

定められるものでは無く、いろ／＼な方法を試みて居る中に自然自分に最も得手なものを發見しますから、さうしたならばその自分の得手のものゝみを用ゐて誘導法として差支無いのであります。

初めての方に解り易いやうに、學者の試みたいろ／＼の方法を列べて記したのであります。能く催眠術の原理を呑み込んで了へば、此の誘導法の如きは、自分でいくらでも工風してよろしい事であります。催眠術に熟達して來ますと、被術者の身體の何處にも手を觸れる事無く、又た次ぎの凝視法のやうに何か物を見詰めさせるといふやうな方法をせず、只施術者の言葉だけで容易に催眠せしむる事が出来るのであります。

前にも申しましたやうに催眠術は、人の心の注意を集中させる方法でありまして、精神の統一を計ることが、催眠術の秘訣でありますから、催眠誘導法は心理作用を主として居ります。で、いろ／＼誘導法があるにしても、そのいろ／＼の方法や形式は

要するに被術者の精神を統一させ、注意を一つに集中させるために外ならぬのでありますから、方法や形式に重きを置くのではない、心の注意を集中させる事が最も肝要なのであります。それゆゑに注意を集中させるために適当な仕方なれば、其人々の工夫で決して差支無いのであります。

初學の人はこの形式や方法にばかり氣をもみすぎて、かうしては間違つてはしないか、これでは方法が違つてゐはしまいか杯と徒らに形式方法にこだわつてゐるものですが、それは絶対に無用の心配でありまして、要するに被術者の注意を集める方法を講じさへすれば好いのであります。

で、以下順次述べまする方法は、初學者の参考であつて、どれによつて試みてもよろしいので、また、これ等に基礎を置いて自ら工夫してもよろしいのであります。初初の間は先輩學者の方法の中から擇んで試みる事が安心であります。

## 凝視法

これは今から七十年ほど前に英吉利の醫師でゼームス・ブレードといふ人が工夫した方法で、ブレードの方法といつて居ります。凝視といふのは物を見詰めるといふ意味で、此の法は或る小さい光る物を見詰めさせるので、小さい硝子球、小さい鏡、指環の寶石等を見詰めさせ、人の視力を通じて注意を集中させるのであります。

何か見詰めさせるに適當なものが無いときは、指頭で澤山です。指頭なれば、それを被術者の眉間から二三寸離して、上目使ひでそれを被術者が見詰めるやうにし、指頭を静かに上下に動かしたり、小さい丸を書いたりしてゐる間に、

「それ貴下の眼はもう開いてゐられなくなります。その通り臉が重くなつて來た。それその通り眼が開いてゐられない。サア貴下の眼は静かに閉ぢてゐる」といふやうに暗示を與へて催眠せしむるのであります。

言語暗示

暗示に就いては次の第四章に詳しく述べてありますから、それを参照して下さい。又た後らに至つて「豫期作用」の事も詳述してありますが、先づ催眠せしむるに當つて、普通の談話の中に、相手をしてだん／＼催眠術を信頼させる必要があります。例へば、

「催眠術は決して有害とか危険とかいふものでない事—

「如何なる人でも浅い深いの相違はあつても必ず催眠術には感應するものであるといふ事」

「催眠術の効果は驚く可きもので、その實例はかういふ風に澤山ある、そして決して不思議だの奇怪だのといふべきものでないから安心して施術者のいふ通りに任してゐる事」

等をよく／＼説明し納得させるのです。かういふ説明（豫期作用ともいひ、また無催眠暗示ともいふ）をしてゐる間に、被術者が信頼して來たならば、その時には淺い乍ら既に催眠状態の初期にはいつてゐるのですから、

「貴下の眼を閉ぢてごらんさい。サア此眼は私の開けるまで、ドウしても開く事が出来ない。無理に開けやうとすれば、ヒリヒリして却つてびつたりくつついて了ひます」

「サア貴下はもう眼を開ける氣がせずと安心して眠つて居ります。貴下は非常に安心して非常に好い氣持に眠つてゐる。その通りズン／＼深く眠つて來る」といふ風に暗示を與へて催眠せしむる事が出来ます。

此の方法で、初めに、

「貴下の眼は私が開くといふまではどうしても開かない。ソレ貴下の眼はびつたりと合さつて了つた」

二〇  
と暗示を興へても、被術者がホカリと眼を開けるやうな場合でも、決して狼狽したり中止したりしてはいけません。その場合は直ちに被術者に向つて、同じ暗示を素早くそして平氣に繰り返してゐるのです。さうしてゐる間に必ず暗示が感應して、被術者の注意は集中し、施術者のいふ通りにおちついて眼を閉ちて来るものです。

### メスメル氏のバツス法

此法はメスメル氏の工風したもので、施術者が両手をもつて、被術者の身體に觸らぬやうに、全身に亘つて撫せるやうにするのであります。  
身體に觸らずに撫せて通るといふので、バツス（throughの通過の意）といふのです。そして全身をバツスする順序は、初めに先づ被術者の額際の所に施術者の両手をもつて行き、それから左右の兩方の肩に行き、兩腕から手の先まで行き、さらに腰から脚へ足の先までに及ばし、かういふ風に幾度も繰り返してゐる中に、

「貴下はだん／＼眠くなつて来る。私のいふ言葉だけは明瞭判つてゐて、その外は何も判らなくなる。その通り貴下は非常に氣持よく眠つて来た」

「ソーラ貴下の眼はどうしても開かない。貴下はもう安心して眠つてゐる。ズンズン深く眠つて来る。貴下の病氣はかうしてゐる中にスツカリ治つて了ふ」  
等の暗示を興へて行くのであります。また此方法は、被術者の全身をバツスせずとも、顔だけでも催眠に誘導する事が出来る方法であります。

### 撫 擦 法

これは矢張メスメル氏の工風で、メスメル氏の撫擦法といつて居ります。これは前のバツス法のやうに、被術者の身體や着物に觸らずに撫せ下すのでは無く、被術者の身體や着物に觸つて撫せ下すのであります。

その身體を撫せ下す順序も、前のバツス法と同じで、顔の額際に施術者の指先をか

ろく當て、顔の輪廓通りに左右の兩頬を撫せ、肩から爾腕、兩手、腰から脚部、足の先きまで及ぼすのであります。併し此の方法で被術者が催眠状態にはいつた後は、再びこれを繰り返してはいけません。何故なれば催眠状態になると注意が一つに集中してゐるのでありますから、又た再び撫擦を行ふと、眠りから覺めて來る事になり易いからであります。

### 眼み合ひの法

これはボーニスといふ人の考案したのが初りで、施術者と被術者とが、お互に双方の眼中を見詰め合ふ法です。此法を行ふには施術者は先づ被術者に、『なるべくまばたきをせず、私の眼の中をじつと見詰めて居て下さい』と云ひ、施術者も被術者の眼中をじつと見詰めて居るやうにして、(此場合施術者は被術者の眼と眼の間、鼻隆のところを見て居れば好い。)

「サア貴下はだん／＼眠つて來る、貴下はどうしても眼を開いて居られない。その通り眠つて來た」  
等の暗示を與へて催眠せしむるのであります。

### 眼を閉閉せしむる法

此法はワローといふ人の創意になるのであつて、施術者は初め被術者に向ひ、『私が一といつたら貴下は眼を閉ぢ、二といつたら眼を開いて下さい。そして此の一と二を私が繰り返して行く間に、貴下の眼はどうしても開いてゐられなくなる眼が閉ぢると同時に貴下は催眠状態にはいつて安心して靜かに眠つてゐる。』と云つて置いて、さて施術者は被術者の眼中を見詰め乍ら、

『一、二、一、二、一』

と初めはゆる／＼と、次第に早めて、被術者の眼を初めはゆる／＼と、次第に急に開



閉させて行くので、やがて、機を見て、

『それ貴下の眼はもう開かない、開けやうとすれば却つてひつついて了ふ。その通りもう安心して眠つてゐます』

といふやうに暗示を與へて催眠せしむるのであります。

### 瞼を壓す法

これはラセム氏の工風した催眠法で、初めに被術者の眼を閉ちさせておき、施術者の拇指をもつて被術者の瞼を軽く静かにじつと壓しつけるやうにしてゐるのです。

そして此場合は被術者の瞼の中にて、眼球が忙だしく動いてゐるやうでは、まだ十分に精神の統一ができませんので、不安心の觀念や、恐怖の觀念があるのでありますから、

『貴下はかうしてゐる中に安心して眠つて来る。そして貴下は眠つてゐる中に病氣

△瞼を  
壓す法

がすつかり治る。』

といふやうに安心するやうな暗示を與へ、眼球が動かなくなつたとき、

『それ貴下は安心して眠つて来た、その通りすん／＼深く眠つて行く。私のいふ

言葉はいつまでも明瞭聞えてゐる。貴下は非常に氣持よく眠つてゐる。』

等の暗示を續けて與へて行くのであります。

### 氣合術其他の方法

氣合術といふ事は日本にも古くから行はれてゐるものであります。催眠術としては、フアリアといふ人が工風したもので、被術者を唯一喝の下に催眠状態に陥らせる法であります。

先づ施術者は被術者に向ひ、自分の眼を見詰めてゐるやうに命じ、施術者の右の手を高く持上げて置いて、被術者の眼中を睨みつめるやうにして、大喝一聲、

△氣合  
術其他  
の方法

「エツ」

と腹から出る、力の籠つた聲で所謂氣合をかけるのです。併しこの氣合術といふことは何も屹度大喝一聲といふやうな大聲を發しなくともよろしいので、極く低い聲で「エツ」

といつても、被術者の注意を集中せしむる事が出来れば同じ効力があるのであります。

「貴下は、今私が極く小さい聲でフツといふと直ぐ眼を閉ぢて眠つて行く」と被術者に納得させておいて、施術者はほんの唇を動かすだけの、

「フツ」

といふ息でも、やはり大聲の割合と同様に被術者を催眠せしむる事が出来ます。

其他、壓迫法といつて被術者の前額と頸顚部を壓へ、又は頸動脈を軽く壓迫し、或は施術者が兩方の手で被術者の頭を包むやうにする方法や、廻頭法といつて、施術者

の掌を被術者の前頭部と後頭部に充て、軽く頭を壓すやうにして、靜かに被術者の頭を前後左右に動かし、僅かに頭部を廻轉させるやうにして注意を集中する方法などもあります。

また其他にもいろいろな方法に由つて催眠状態に誘導する事が出来るのであります。前にも述べたやうに、要するに催眠術は、被術者の精神の統一、注意の集中を計る手段をとれば好いので、一概に方法に拘泥する必要はありません。以上擧げた屢々の催眠誘導法を参考にして、最も眞面目に、誠實に、そして毅然とした確信をもつて實行すれば、必ず成功するのであります。

### 第四章 暗示法

暗示といふ意味……暗示は催眠術に最も大切なもの……暗示の與へ方……  
明瞭な言葉と底力の籠つた聲……キツバキと斷言する事……同じ暗示を繰り

返すこと……對症暗示……回復暗示……

催眠術では暗示といふ言葉を常に使ひます。そして此の暗示は催眠術に最も大切なものでありまして、催眠術を一名暗示術と云つてもよろしい位に、暗示といふ事が催眠術の根本であり、肝要なものであります。

それならば暗示とはどういふ意味かと云へば、『どうしてもそれに従はなければならぬ指圖』といふやうな意味であります。また人と人との間に特別な關係が成り立つて甲が乙に對して云ふ事を、乙はその通りに服従しなければならぬ、『絶対に服従せしめらるゝ嚴重な命令』といふやうな意味であります。

元來此の暗示といふ言葉は、英語の Suggestion といふ言葉を翻譯したのであります。まして暗示といふ譯語はあまり適當なものではありませんが、今日では普通に使はれるやうになつて、暗示といへは大抵の人はその意味を臆氣に知つて居ります。本來の意味は『信服』とか『歸依』とかいふべきもので、宗教の感化、教育の感化、または先

哲賢聖人が人を感化する關係なども此のサツゼクション即ち暗示の効力に由るのであります。また暗示は人と人との間に成り立つ關係ばかりで無く、吾々は外界の自然からも常に暗示を受けて居ります。例へば善く美しい花を見ては心に樂しさを覺え、清い月影を仰いで、自ら心の澄みわたるといふやうに、花からも月からもその他天地萬物から絶えず一種の暗示を吾々は感じて居るのであります。

暗示を廣い意味、普通の意味に説明すれば以上の如きものであります。催眠術に於ける暗示といふことは、施術者が被術者に對して言葉なり態度なりを以て、或る意味を通じてそれを感應させて、被術者を絶対に信服せしめて了ふのであります。催眠術に於ける暗示の種類はいろいろあつて、言葉を以つて言ふ言語暗示、態度を以て示す態度暗示、心を以つて心に傳へる即ち以心傳心の暗示、それから文字を以て示す文字の暗示などでありますが、普通には言葉を以つて暗示するのが、催眠術の所謂暗示といはれて居るのであります。

催眠術は暗示術といつても好い位に、暗示は催眠術に最も大切なものであると前にも申しましたが、催眠術は初めから終りまで暗示を使用しなければ出来ない事なので暗示の効力が表はれて初めて催眠状態を惹き起す事になるのであります。それゆゑに若し催眠術とは如何なるものなりやとの間に對して、催眠術の定義を作つて、それに答へることにすれば、

『催眠術とは暗示を感應せしむる方法であつて、催眠状態とは暗示の感應した特殊の状態である。』

といふ事が出来るのであります。暗示の意味が能く解れば右の定義で、催眠術を理解する事が出来なければなりません。

曩に申しましたやうに、催眠術を施す要領は第一の手順(催眠誘導)第二の手順(暗示法)第三の手順(覺醒法)であります。暗示はその第一の手順から第二の手順はもとより第三の手順まで、常にこれが必要なのであつて、即ち催眠術を施すには始め

から仕舞まで徹頭徹尾暗示の力に由るものであります。

で、第一の手順の場合に與ふる暗示を催眠誘導の暗示といひ、第二の手順即ち催眠中に與ふる暗示を催眠術暗示といひ、第三の手順即ち覺ますときに與ふる暗示を覺醒暗示といふのであります。また催眠から覺ました後までも感應させて置くものを殘續暗示といひ、まだ催眠状態にはいらぬ前、普通の状態に於いて與ふるものを無催眠暗示とも豫期作用とも云ひ、此の殘續暗示と無催眠暗示(豫期作用)との活用が催眠術に最も肝要なものであります。此事は猶後章に於いて詳しく説明いたします。

さて、暗示の意味が解り、催眠術に於ては暗示が最も大切なものであることが解りましたならば、次ぎに暗示の與へ方を述べる順序であります。

第一に心得ねばならぬ事は、催眠術は權威ある學問の力によつて創意され、そして應用されたものが種々の催眠療法等となつて、社會人生を益するのでありますから、苟くも催眠術を施すといふ場合には、決して不真面目であつてはならない。露ばかり

も面白半分とか冗談事とかいふやうな不謹慎な態度があつてはならぬ。最も熱心に、最も誠實に、最も細心に、謙遜な心と大膽な信仰を以つて實行せねばならぬのであります。若し施術者が不真面目であつたり、面白半分であつたり、催眠術を亂用するやうな心がけであるならば、如何に本書を精讀しても、余の催眠術は断じてかゝる人々には學修する事が出来ぬといふ事を斷言して置きます。これは飽くまで斯術の慎重と誠實とを希望するから特に斷つて置くので、もとより真面目に研究され誠實に實行される人には、本講義録に由つて必ず催眠施術の出来る事はいふまでもないのであります。

次ぎには暗示を與ふるに當り、その言葉と聲に就いて、左記のやうな注意が必要であります。

### 明瞭な言葉と底力の籠つた聲

△明瞭な言葉と底力の籠つた聲

普通の場合、暗示を與ふる聲は、なるべく靜かに、おちついた低い聲がよろしい、そして聲は低けれども底力の籠つた如何にも重々しい嚴しさを保つことが必要であります。聲はかなりに低くて、側にゐる人には殆ど聞きとれないやうな低聲でも被術者の注意力は施術者に集中して居りますから被術者には十分明瞭に聞き取る事が出来るのであります。餘り暗示を與へる聲が大きいと、折角催眠したのも却て覺まされて了ふ虞があり、催眠に誘導するにも注意の集中を妨げます。それから言葉は必ず明瞭として、少しも解り悪い事の無いやうに、また被術者に何處までも同情心と誠實とを以つて、しみじみ施術者の暗示に感動するやうに心がける事です。言葉の中で肝腎な個所には、そこだけ少し語勢を強めていふ事、例へば、

『貴下の病はもう決して起らない』

といふ場合に、この中で、

『貴下の病は』

までは普通でよろしいが、  
『もう決して起らない』

といふことは最も肝腎でありますから、これだけは特に語勢を強めて、確かに最早病氣は再發せぬといふ確信を與へるやうにするのであります。

また言語は被術者の身分教育の程度や男女老幼によつて、やさしい解り易いやうに云ふとか、少しは漢語を加へていふとかそれ／＼言語の使ひ分けにも注意する必要がありまゝ。教育の無い者や少年や老年に六ヶしい事をいつたつて解らないと同様に、相當教育あり智識ある人に向つてあまりやさし過ぎてても小供だましのやうで不快の感を與へるものですから、よく／＼それらの注意と工風とが肝腎であります。次ぎに、暗示は必ず、

### キツバリと斷言する事

△キツ  
バリと  
斷言す  
る事

が必要であります。あまりくどくど／＼云つたり、あいまいなことは一番いけません。必ず暗示は簡結で斷言的でなければならぬものです。例へば、

『貴下の眼は眠くなつたやうです』

なぞと推量的なあいまいなことは斷じていけない。

『貴下の眼はその通り眠くなつた』

とキツバリ斷言してしまふのであります。

『貴下は酒を呑むことはいかにも悪い習慣であつたといふことがよく分りましたから、これから、さきは自然に酒をきらひになりませう』

なぞといふやうなくど／＼しい煮えきらぬ言葉では効果がありません、必ず暗示は斷言的で、簡單明瞭でなければならぬのであります。前の言葉を暗示的靴云ひ換へてみるこゝ、

『貴下はもう決して酒を呑まぬ、酒は非常にきらひになつた、貴下は最早酒は決し

「呑まぬと決心した」

といへば理想的なのであります。

また注意しなければならぬ事は、暗示の與へ方によつて効力に増減があるから、此人にはかういふ暗示を與へるのが最も適當であると豫め工風すべき事でありま

す。も一つ注意すべきは、例へば、

「貴下は酒が非常に好きだ、それゆゑにこれを改めねばならぬ」

といふやうな暗示は、

「貴下は酒が非常に好きだ」

といふことが主になつて了つて、

「これを改めねばならぬ」

といふ肝腎の暗示が効力を失つて了ふ場合が無いともかぎらぬので、かういふ場合には必ず、

△同じ  
暗示を  
繰り返  
す事

「貴下は以前のやうな酒好きが治つた、最早貴下は酒を呑まぬといふ決心が確乎と出来た」

といふやうに與へねばなりません。これは一例であります、種々の場合に、その應用工風を右の例に準じて知る事が出来るのであります。

次に、

### 同じ暗示を繰り返すこと

これは暗示の中で肝腎な言葉を繰り返して與へることです。それはどういふ譯かといへば、只一度だけの暗示よりも幾度も繰り返すほどその人の頭腦に印象が深いからで、例へば、前例の酒をやめさせる場合に、

「貴下は非常に氣持よく眠つてゐる」

「すん／＼深く眠つて行く、其の通り安心して眠つてゐる。」

等の暗示を與へ乍ら、此人に最も肝腎な暗示は酒をやめさせる事であるから、  
「貴下はもう決して酒を呑まない、貴下は酒を呑む氣がなくなつた、もう決して酒  
を呑まぬといふ確信が出來た。」

といふ暗示を催眠中に尠くとも三四回は繰り返すやうにし、最後に此人を覺醒さ  
せる場合にも、覺醒暗示の前に再びこれを繰り返してから、覺まして來ることに  
するのであります。

次に、

### 對症暗示

對症暗示といふのは病氣を治す場合に、その病氣に就いて、原因を知り、その病  
原に對して治療の暗示、回復の暗示を與ふるものであります。故に若し施術者が  
醫師であつて、被術者の病原を知る事の出來る場合は好都合ですが、さうでない

△對症  
暗示

場合には醫師の診斷書を取つて、病原を確かめ、これに治療乃至回復の暗示を與  
へる事が最も理想的であります。

そして勿論催眠術で治る病氣と治らぬ病氣とある事はいふ迄も無いので、醫學の  
力で治らぬ病氣と治る病氣とあるのと同様でありますから、催眠術を以て萬病萬  
能のやうに誇大にすることは誤りであります。それゆゑに催眠術の適應症でなけ  
れば、病氣を治すと一概に云つても、催眠療法を行ひ效能を表はすことは出來な  
いのであります。併し頭痛とか、肩の凝りとかいふ場合に、對症暗示の例を擧げ  
て見れば、

「貴下の頭痛はもうすつかり治つた、最早決して頭痛はしない。」  
或ひは、

「貴下の肩の凝りは、もうすつかり治つて了つた。」  
といふやうに、病氣の治るといふ事を斷言的に暗示する事でありませう。猶ほ催眠



療法に就いて本書の中編に於て述べてありますから、此處には對症暗示といふのが、どういふ意味かといふことだけを説明する事に止めて置きます。  
次に、

### 回復暗示

回復暗示といふのは、催眠状態から普通の状態に回復して來る場合、即ち俗にいへば催眠術を覺ます時に、與ふる暗示で、これは施術者の必ず忘れてはならぬ大切なものであります。

例へば、假に此處に十分催眠状態にはいつてゐる被術者があつて、その人を覺まして來る場合に、

『これから貴下の眼を覺しますが、眠りから覺めた時に貴下は非常に良い心持で全身中どこにも悪いところはありません。』

心も身體も非常にせい／＼してはつきりと眼が覺めます。』

といふ風にこれを二三度繰り返して與へるのであります。時として此の回復暗示を與へずに覺ましますと、被術者によつては誰でもさうといふわけではないが、往々にして身體に疲労を覺えるとか、頭が重いかいふ事がありますから、必ず回復暗示は如何なる場合でも忘れぬやうに、施術者の最も注意すべきものであります。

併し若しさういふ場合があるとか、或は回復暗示を與へて置いて覺ましても、被術者が疲労や何か異状があるといふ場合には、

『それでは軽く眼を閉じてごらん下さい。今、私が貴下の肩を叩けば屹度さつぱりします。』

と無催眠暗示を與へて、その通りにすれば回復するのであります。或ひは、

『さういふ筈は無い、それは貴下の神経作用なので、今、私がエツと低い聲で氣合

をかければ、直ぐさつぱりして良い氣持になります。」  
といつて、凝と被術者の眼の中を見詰めてゐながら、

「エッ」

と氣合をかけ、直ぐに、少し大きな聲で快活に、

『それその通りさつぱりしました、それ良い氣持になった。』

と、施術者もきばくした氣持の良い聲でいへば必ずその通りにさつぱりするものであります。

### 第五章 眠りから覺ます法

覺ます時に忘れてはならぬ回復暗示……此の暗示によりて必ず覺める……覺

醒暗示の實例……特殊な場合にも驚く必要はない……

被術者を眠むらせる場合、即ち催眠誘導の場合に、施術者は至極眞面目で誠實で

なければならぬといふ事は前にくれぐれも申しました。それと同じく催眠者を覺ます場合即ち覺醒法に於いても、やはり施術者は極めて眞面目に、慎重に、誠實でなければならぬのであります。

即ち催眠術といふものは、人を眠らせる(催眠誘導)始めから覺ます(覺醒法)迄施術者の最も眞面目な、謹嚴な、誠實な、心がけを要する事を、よく理解して實行して貰はねばならぬのであります。

それから前章に回復暗示の事を述べて、この暗示は催眠者を覺ます場合に必ず忘れてはならぬ暗示であると申しましたが、も一度此處にも繰り返しておきます。

被術者をこれから覺ましてくる場合には必ず忘れずに、次のやうに回復暗示を與へねばなりません。

『貴下はこれから眠りから覺めますが、眼が覺めた後も非常に心持が良い、身體中にどこにも故障が無い、何の疲れも無い、何處にも異つたところは無い、氣持が

△覺ます時に忘れてはならぬ回復暗示

△此の  
暗示に  
よりて  
必ず覺  
める

さつぱりして、實に良い心持に眼が覺めます。』

かういふ意味の暗示（言葉は此處に書いた通りで無くとも此の意味であればよろしい）を必ず覺ます場合に與へることを忘れてはなりません。

で、此覺ます時に大切な回復暗示を忘れないために、覺ます法（覺醒暗示）の中に此の回復暗示を必ず伴はしめるやうにする事が一番よろしいやうかたであります。覺ます法即ち覺醒法は、催眠者に對して、それが、んな深い催眠状態になつても、施術者が、

『さあこれから貴下は眠りから覺める、それ眼が覺めた。』

と一言の下に覺ます事が出来るのであります。これも催眠術のよくわからぬ人には不思議のやうに思はれ、只一言の下に覺めるといふ理屈があらうか杯と不審がるのであります。決してそんな不審なものでも不思議なことでも無いのです。既に催眠術は暗示の感應してゐる状態なので、暗示によつて眠つてゐるのであります。

ら、暗示によつて覺めるのが當然であります。併し乍ら、覺ます場合に最も注意すべきことは、施術者の一言の下に覺めるのであるけれども、決してさういふ風に急に覺ましてはならぬのであります。催眠者は普通の状態とはその心にも身體にも違つてゐる所がありますから、これを覺ます場合には、靜かに徐ろに覺まして來るといふやうにするのです。例へば、

『貴下はこれからしだい／＼に眼がさめて來ます。だん／＼心持よく眠りから覺めて來ます。ソレだん／＼心も身體もはつきりして來ました。もう眼がさめて來ます。ソレその通り、心持よく眼が覺めた。實に良い氣持です。』

といふやうに、急に覺ますす一分乃至二分間くらゐの間に漸次に覺めて來るやうにすること、恰度芝居の綴張がしだいに巻き上げられて舞臺面が明るくなるやうな具合に、被術者が漸次に覺めて來るやうに暗示を與へるのであります。

『貴下は今から一分間たつと氣持よく眼が覺めます。』

といつて置いて、一分間近い頃に、

『ソレ氣持よく眼が覺めて來ました。』

と暗示してもよろしい。また、

『貴下は、今私が一、二、三といふと氣持よく眼が覺める。』

といつて、一といひ、二といふ間隔をおき三といふ前に、

『ソレ、氣持よく眼が覺めて來ます。』

と斷つてから三といふとその通りに眼が覺めて來ます。』

以上は單に催眠者を覺ます方法でありますが、前にもいふ通り、覺ます場合に肝腎な回復暗示を忘れないために、回復暗示と覺醒暗示を伴はしめる方法が一番よろしいのでありますから、その實例を左に示しませう。即ち回復暗示の、

『貴下は眼が覺めた後にも非常に心持がよい心も身體もせいせいして何ともいへぬよい氣分です。』

△覺醒  
暗示の  
實例

といふのと覺醒暗示の、

『貴下はこれからだん／＼に氣持よく眼が覺めます。私が一、二、三といふとはつきり眼が覺める。』

といふ回復、覺醒の二つの暗示を一緒にしまして、

『貴下はこれからだん／＼に眼が覺めて來ますそして眼の覺めた後にも非常に氣持がよい、心も身體もせい／＼して何ともいへぬ良い氣分です。非常に良い氣持に眼が覺めます。身體にも精神にも疲労は無い、變つたところも無い。非常に良い氣持です。』

今私が一、二、三といふとはつきり眼が覺めます。一、二、三の通り心持がはつきりして來た。ソレ氣持よく眼が覺めます。三。實に良い氣持です。』

といふやうに回復暗示と覺醒暗示を一緒にして覺ましてくるのであります。それから被術者の病氣を治すとか性癖を治すとかいふ場合なれば、此の回復暗示と覺醒暗示に、も一つ病氣治療或ひは性癖矯正の暗示を伴はしめて、その三つを一緒にして與

へ、そして覺まして來るのが理想的な覺醒法であります。

例へば、神經衰弱の人に催眠術を施した場合なれば、催眠中に、神經衰弱の治つたといふ暗示を與へる事はいふまでもありませんが、覺ます場合にも、も一度治療の暗示を繰り返して置きます。

「貴下はこれからしだいに眼が覺めて來ますそして貴下は最早腦神經が非常に丈夫になつて、今までの神經衰弱はすっかり治つて了つた。貴下はこれからいつも氣持よく、愉快な生活をします。いつでも元氣です、くよくよするやうな事は決して無い、何をして面白く楽しく仕事が出来ます。その通り貴下の神經は非常に丈夫になつた。

さあこれからだん／＼氣持よく眼が覺めて來ます。私が一二三といふと貴下は心も身脈もはつきりとして眼が覺めます。そして眼が覺めた後も非常に心持がよい。身體も精神もせい／＼として爽かです、何處にも故障は無い、非常に好い氣持に眼

が覺めます。一、二、ソールだん／＼はつきりして來た、その通り氣持が好い、三、それ眼が覺めた。實に氣持が好い。」

以上のやうに、暗示は秘術者によつていろ／＼活用する事が必要であります。それから被術者が覺めてから

「どうです、好い氣持でせう、何處も何ともないでせう、氣分がせい／＼してゐます。どうですか。」

と聞いて見て、若し疲れたとか頭が重いかいふやうな場合は、前にも申したやうに軽く眼を閉ぢさせて、肩を軽く打つて、

『さあこれですつかり氣持よくなつた。』

或ひは、

「それならば、今私が氣合をかける時、直ちに治つてさつぱりする。』  
といつて、軽く氣合をかける等をすれば、容易に治つて了ひます。

△特殊な場合にも驚く必要はない

右のやうな覺醒法を用ゐて催眠者はいつも覺醒するものでありますが、極めて稀れには覺醒暗示を與へても、直ぐに覺めないやうな場合が無いとも限りません。併し此場合にも施術者は決して狼狽したり慌てたりする事はありません。そういふ場合が若しあつたにしても、それは極く稀れであり、特殊な者であつて、催眠者は別にどうしたといふ事でもないのであります。甚だしく疲勞してゐる時などは被術者は催眠状態から普通の睡眠に移つて行くこともあり、また自己暗示が働いて深く眠つて行くこともあるので、そのために被術者の心身に害があるといふやうな事は斷じて無いのであります。然らばさういふ場合にはどうすれば好いかといへば、被術者を静かに安樂椅子か或ひは疊の上に横臥せしめ、施術者は少し大聲に覺醒暗示を與へてゐれば漸次に醒めて來ます。

併し、幾度もいふ通り施術者が極く眞面目と熟誠とを以つて、暗示を連續してゐれば、覺醒暗示で覺めぬやうな特殊な場合は絶無であつて、少しも憂ふるに足らぬ事であり

あります。

### 第六章 催眠術はかうすれば出来る

種々の方法を活用する事……催眠せしむる始めから覺醒せしむる終りまで……  
施術に着手する時の説明……實例の一……實例の二……實例の三……催眠術は途中で止めてはならぬ……催眠術の秘訣は斯ういふ心理作用にある……

前の第三章、四章、五章に亘つて、眠らせる法（催眠誘導法）催眠中の暗示法、それから覺ます法（覺醒法）を述べて來ましたが、本章には以上の三つの手順を以つて愈催眠せしむる實際の方式を示すことにいたします。即ちかうすれば屹度催眠せしめる。眠らす事が出来るといふ實例、俗に云へばお手本を示すのであります。

前にも申しましたやうに、眠らせる法（催眠誘導法）にはいろいろの仕方があつて或はメスマル氏のパス法だとか撫擦法だとか又は睨み合ひの法とか氣合術とか、種

△種々の方法を活用すること

△催眠せしむる始から覚醒まで

五二  
々の方法がありますが、それは初めに工風した人によつて變つた仕方をしたのでその中で何れで無ければならぬといふことは無い。そのいろ／＼の方法に準じてそれを活用する事が肝要であります。

催眠術は暗示を感應せしむる法でありますから、催眠せしむる方法は、必ずしもこれに由らねばならぬと限られたものではない。要するに暗示を感應せしむる事が出来れば好いのですから、前に述べた種々の方法を好く呑み込んで置き、それを自由自在に活用して行けばよろしい。俗に三人寄れば文珠の智慧といふことを云ひますが、それは多數の智識を集めれば大きな智識になるといふ意味であつて、催眠誘導法にもいろ／＼の方法がありますが、それ等を悉く能く理解しておいて、自由に應用することは、三人寄れば文珠の智慧以上に便宜があるわけでありませぬ。

故に、前に述べた眠らせる法のいろ／＼の仕方を能く呑み込んでおく事が第一に肝要であります。で、催眠誘導の種々の方式を能く記憶したとしますと、次ぎには催眠

せしむる終りまで

△脈術に着手する時の説明

せしむる始から、覺醒せしむるまで、即ち催眠術の施術の始めから終りまでを實例的に説明することにいたします。

併し催眠術は、幾度も申たやうに面白半分や冗談半分に試むべきものではなく、極めて真面目に行はねばならぬ事で、殊に催眠術で治る病氣とか悪癖とか性癖とかを治すのが目的でありますから、さういふ例を引いて説明いたします。

初めに施術者は被術者またはその附添人といふやうな人から、治病或ひは矯癖について、その病の具合や、容體を聞いて居なければなりません。若し催眠術を行ふ人が醫師であればそれに越した事はありませんが、施術者が醫師でなければ、被術者の病氣を醫師の診断書によつて知ること等も最も必要であります。

それから次には施術者は最も誠實に被術者に對して、催眠術に就いて其の心得を説き聞かせる事が、必要であつてまた施術に非常に大切な事なのであります。その説き聞かせ方は臨機應變であります。眼目とすべきものは、

催眠術は少しも危険なものでなく、被術者の心身に害を及ぼすといふやうなことは決して無いといふ事。

病を治し、又は藥物療法や其他種々の療治で治らぬ性癖とか悪習慣とかは、催眠術で容易に治るといふ事。

被術者はすべて安心してゐて、なる可く餘計な心配や考へ事をせずに、只、施術者に任せ、施術者の言葉によく注意して居るべき事。

右の如き意味を能く解るやうに説き示し、また催眠状態には浅い深いの相違はあつても、如何なる人でも催眠術にはかゝるもの、即ち如何なる人も催眠状態になるものであるといふ事をも、被術者に信頼心を起させるやうに説明し、且つ、

催眠術は心理作用の靈妙な應用であるから施術者のいふ事は、被術者がその通り信じて了ふ、もう決して眼が開かないといへば眼を開けやうとしてもひつゝいて了つて、どうしても開く事は出来ない。

といふやうに催眠術にかゝれば斯様になるものだといふ事を最初に説明する必要があるります。これは後に説明する豫期作用といふ事で、催眠術を行ふ上に最も必要な事でありませう。

以上のやうに施術者が普通に催眠術を説明してゐる間も、これは無催眠暗示とも豫期作用ともいつて、被術者は漸次にそれを傾聴して來るものです。そしてかゝり易い人（感受性の強い人）は、さうしてゐる中に、注意が集中して來ますから、施術者はその場合は直ちに被術者を眠らせる事が出来る。

『貴下はもうその眼がどうしても開いてゐられなくなる。ソレその通り眼を閉ぢて了つた。』

といつて容易に催眠せしむる事が出來ますが、一般の場合には、前に申した催眠術に就いての心得（無催眠暗示又は豫期作用といふ）を話してから、

『それでは施術いたしませう。』



と最も慎重な態度でいひ渡します。そして此の時の施術者の心持は、必ず此人を催眠せしむといふ強い確信をもつて居らねばなりません。初めての人は此の確信が無いので失敗するのであるから、極めて誠實と細心であると同時に、確信と大膽とをもつてかゝらねばなりません。

さて、これから催眠せしむる方法を三つの例を擧げて述べてみます。併し必ずこの通りにやらなくとも、此處に述べてある意味に準じて施術すればよろしいので強い書いてある通りにせねばならぬといふものではありません。確信と誠實を以て施術すれば必ず成功するのであります。

第一例として前に擧げた眼らせる法の中の凝視法と言語暗示を用ゐる事にいたします。凝視法は前に云つたやうに何か光る小さな物を見詰めさせるのですが、指頭でも差支はありません。で、施術者は、

「貴下は何も外の事を考へずに、私の此の指頭をじつと見詰めて居て下さい、な

△實例  
の一

るべく瞬きをしないやうにしてじつと見詰めて居て下さい」

と被術者に命じ、施術者の右の手の食指を立て、その指頭を、被術者の眉間から二三寸隔て、置き、その指頭を見詰めさせて置き、此度は言語暗示で、

「貴下はその眼があいてゐられなくなる。ソレどうしても開いてゐられない。眼が非常に重くなつた」

と云ひ乍ら、指頭を少し上下左右に動かして、被術者の注意を十分指頭に集中させてしまひ、

「それ貴下は非常に眠くなつた。最早その眼はどうしても開いてゐられない。ソレ眼を確く閉ぢた。」

といへば、普通は大抵その暗示の通りに眼を閉るのでありますが、若しそれでも眼を開いてゐる場合は、

「静かに眼を閉ちなさい。」

とおちついていつて、

『サア此の眼は私の開くといふまではどうしても開かない。』  
と重々しく命令して、

『あけてごらん、イヤどうしても開くものか、その通りもう眼は開かない。貴下はもう眼を開ける氣にならずに安心して眠つて居ります。すん／＼深く深く眠つて行く貴下は非常に好い氣持です。安心して好い心持に眠つて居ります。』

若し右のやうに暗示を與へてゐる中にも、被術者が眼を開けるやうな事があつても決して失望したり狼狽したりすることは無い。施術者はどこまでも沈着な態度、誠實な真面目な言葉をもつて、前の暗示を繰り返して試みればよろしい。

次ぎには今の凝視法と言語暗示とそれに撫法を併用した一例を擧げてみませう。凝視法と言語暗示を用ゐて被術者に眼を閉ぢさせるまでは前の例と同様であります。それから言葉の暗示をつぎ／＼と續けて與へ乍ら撫法をして行くのです。

『貴下は良い心持に眠つてゐる。その通り非常にいゝ心持です。だん／＼深く深く眠つて行く。』

といひながら両手を伸して、指の先を揃へるやうにして、被術者の額際の真中にあて、両手は軽く、左右に被術者の顔の、額から頬へ、頬から頸筋へ、それから兩肩へ下り、兩腕に進み、両手を撫せ、腰から脚へ、足の先まで撫せ下すのです。そしてその間にも絶えず言語暗示を與へて、

『貴下は非常によい氣持です、その通りすん／＼眠つて行く。』

といふ風に暗示を靜かに、二三分間は絶えず繰り返してゐます。併し此の撫法は前にも申したやうに、被術者の全身を撫せ下ろさなくとも好いので、被術者の注意力の強い顔面だけを、額から兩頬へと撫せ下して、それを十數回も繰り返せばそれでも好いのであります。

此の撫法は非常に氣持の好いもので、顔だけに自分でやつてみても、氣持が好

いのでありますから、これを人からやつて貰ふと一層氣持が好く、従つて注意が集中して、催眠に有効なのであります。

けれども撫擦法は十數回に止めて、餘り永くやつてゐる必要はありません。十分に催眠してくれば、あとは言語暗示だけで澤山ですし、催眠者は餘り強く撫擦法を行つてゐると却つて覺まして來るやうな結果になりますから、撫擦の回数は十五六度ぐらゐで恰度好いのであります。

また、右の一例は凝視法と言語暗示と撫擦法とを一緒に應用したのであります。其他種々の方式を巧みに應用することは、施術者の自由でありまたそこに手腕が認められるのであります。例へば、

『凝視法で指頭を見詰めさせた後に、直ちに臉を壓す法を試みる。』

『睨み合ひの法の後ちに氣合術を試みる。』

とか、それ等の應用は自由であります。併し前に挙げた例によつて、それだけで十分催眠せしめることが出来るのであります。更に能く解るやうに、も一つ例を挙げてみませう。

次ぎには凝視法と、回頭法と、臉を壓す法と言語暗示と撫擦法とを用ゐる、少し複雑した一例を挙げます。

先づ施術者は被術者に凝視法を用ひて眼を閉ぢさせ、それから左の手を被術者の前頭部(額)にあて、右の手を後頭部にあて、被術者の頭を施術者の両手で包むやうにして、これを軽く前後左右に廻すやうに少し揺り動かし、十回ぐらゐの後も靜かに被術者の頭をもとのほり真直にし、次ぎに施術者の手の拇指の腹で、直ぐ被術者の兩眼の臉を軽く壓すやうにし、同時に言語暗示で、

『貴下の眼はじつと閉ぢてゐる、私が開くといふまでは最早決して開かない。』  
といつてその手を靜かに離して直ちに、兩手の指頭を揃へるやうにして、被術者

額の中央から、兩頬へ、兩肩へと撫法を行ひ、且つその間にも暗示を繰り返して、

六二

「貴下はもう安心して眠つてゐる。その通り非常に氣持よく眠つてゐる。」

「私の云ふことだけはいつまでもはつきり解つてゐる。そして貴下はずん／＼深く深く眠つて行く。」

といふやうに絶えず暗示を繰り返して行きます。それから十四五回で撫法を止め、催眠感應の工合を調べて見るために、

「貴下の眼は決して開かない、開けやうとしてもひつついて了つて開きません。開けてごらんさい。」

といつて、若し眼を開くやうであれば、まだ十分に感應しないか、特別に眼に感應の悪い人かであるから、再び眼を閉ぢさせ、今度は被術者の手を確く握らせて、「さあ此の手は決して開かない。開けてごらん、それ開かない。」

といひ、それでもまだ開くやうな人は特に感じが悪いのであるから、前にやつた方法をまた繰り返して行くのです。併し十人が七八人までは感應するもので、眼が開かぬといへばその通り眼を開けずにあるし、握つた手が開かぬといへば矢張その通り開かずにゐるものです。

催眠術を行ふ場合に最も注意すべき事は、たとひ少しも感應が無いやうに見える場合でも、施術者は勿論被術者も途中で止めるやうな事があつてはならない。

催眠術は注意の集中による暗示の感應であつて、その原理は深遠なものでありますから、施術者にも被術者にも少しも感應してゐないやうに見えても、則ち催眠術はかゝつてゐないやうに思はれても、その實幾分か精神作用に影響して居るのでありますから、若し途中で己むを得ず中止するやうな場でも、施術者は必ず被術者を催眠者として取扱ひ、前に述べた覺醒法を行ひ、(覺醒暗示には回復暗示が必ず伴ふ事を忘れてはならぬ)而して後ち中止するやうにしなければならぬ。

六三

△催眠術は途中で止めなければならぬ

以上は催眠せしむる方法を實例的に述べたのでありますが、催眠状態にはいつてからの暗示法と、終りの覺醒法とは前にかなり詳しく説明しましたから此處には繰り返しません。只、催眠せしむる始めから覺醒せしむる終りまで、施術者は極めて慎重に、誠實に、そして熱心でなければならぬ事をよく理解して貫きたいのであります。

六四

次に催眠術に最も肝腎な豫期作用の事を述べて置きます。

前にも申しました如く、豫期作用といふことは催眠術に最も大切なもので、この豫期作用の如何によつて、催眠術の出来る出来無いが別れるといつて好い位のものであります。催眠術の書物は世の中に澤山あるけれども、この豫期作用のことを能く注意して親切に書いてあるものが尠いから、書物を見ただけでは催眠術は出来ぬといつて落胆する人が多いのであります。

で、豫期作用といふことは、さういふ事であるかといへば、これは施術者にも被

術者にも必要な心の持方でありませう。豫期といふのは豫めかういふ風になると思ふ事で、普通にいふ豫定とか豫想とかいふ意味で、作用といふのははたらきでありますから、豫期作用とは、

『豫じめ斯うなると思ふ心のはたらき。』

であります。

施術者から申せば、施術者は必ず此人を催眠せしめるといふ確信を持つのであります。催眠術は心理学の應用であつて、注意を集中せしむる方法を講じ、施術者の真面目と誠實と熱心をもつてをれば、その方法によつて必ず人を催眠せしめ得といふ確信を持つことでもあります。施術者は飽くまでも自己の覺えた催眠術を謙遜を失はず而も卓然として信じてゐなければならぬのであります。此れが相手を催眠せしめるといふ施術者の心の豫期作用といふのであります。

次に被術者に對しては、

「催眠術によりて病氣が治る、或は自分の悪い習慣を改める事が出来る。或はまた單に催眠術にかゝれば眠つたやうな状態になるものだ。」

こいふ豫期作用を起さしめねばならない。被術者が催眠術に關する智識を備へて居て、初めから施術者を信頼して来た場合にも既にその人の心に十分に豫期作用が起つて居るのであるから、それは直ちに前に述べた實例で催眠せしむることは容易であります。が、初めて催眠術にかゝる人（初めての被術者）にはよく解るやうに催眠術に就いて説明をし、そして催眠術といふものはなるほごさういふものか、それでは安心してかけて貰へるといふやうに豫期作用を起させるのが、第一に肝要なのであります。

これは前にも十分に注意した事であつて、實例の一を述べる時に略申してはありましたが、

「催眠術は決して心配なもの、危険なものでも無い、病氣によつては薬で治らぬもの

が催眠術で治り、また藥物療法等では到底治らない性癖、惡癖等が全く改まるものである事。」

「催眠中は施術者の言葉に注意を集めてゐるために精神の統一が出来る。精神が統一してゐるところに、施術者から暗示された言葉は、非常な權威、偉大を以つて被術者の心身に印象するのであるから、病氣に對してはそれが薬以上の効果を顯はすものである事。」

「なるべくいろいろと考へ事をせずに、安心して施術者に任せてゐる事」  
右のやうな意味を相手によつて十分に理解の行くやうな説明してやる事が、豫期作用を起させる方法なので、施術者はなるべく被術者をして信頼せしむるやうに、巧みに説き聞かせるのであります。

そして此の豫期作用を起させるやうに、巧みに話しをしてゐる間にも、施術者は相手の眼と眼との中間、鼻隆の上に此方の眼を注いでゐて、十分に相手を信服させ

るやうな態度をとつてゐるのです。で、相手が初めからまるきり催眠術は自分には  
罹らぬものだ等と疑つてゐる人でも、以上のやうに催眠術の談話を試みてゐる中に  
「催眠術とはなるほどさういふものか知ら」

といふやうな半信半疑になつてくるのは人情ですから、さうすれば初めから疑つ  
てゐた人にも幾分豫期作用が起つて来た譯であります。それ故に熱心に施術すれば  
必ず疑つてゐた人も催眠するのであつて、初めから信頼して来た人ならば、少しく  
前のやうな話しをしてゐる中に、

「貴下は非常に感じが好い、もう貴下は催眠して来た、眼を閉ちてごらん、それこ  
の眼はごうしても開かぬ、その通り貴下はすん／＼深く眠つて行きます。非常に  
氣持が好い、安心して眠る。」

といふ暗示だけで催眠に誘導する事が出来るのであります。以上述べました豫期  
作用は、催眠誘導に大切なものであります。併し決して六ヶしいものではないの

で、本書を精讀してみれば誰にも解る事でありませぬ。

### 第七章 種々の道具建はいらぬ事

施術の設備は不要……施術者の誠實と確信が眼目……被術者も眞面目でなければならぬ

催眠術を行ふには特別に施術の設備は一切不要であります。人による催眠術を  
行ふには、催眠に都合の好い時間があるとか、場所を擇ばねばならぬとか、室内に  
いろ／＼の設備を設けるとか、施術者の服装を如何にも勿體らしくするとかいふの  
であります。それは或は催眠術を行ふに都合の好い方法であるでせうが、併し催  
眠術はさういふ道具建やいろ／＼都合を計るといふ事をしなれば出来なないといふ  
やうなものではありません。

例へば催眠術を行ふ時間は夜が好いとか朝が好いとか、場所は極く静かな所が宜

△施術  
の設備  
は不要

いとかいふ事は、どうでもよろしいので少し熟練して来れば時間とか場所とか、その他すべて設備や道具などは擇ぶ必要は無く、如何なる時でも場所でも催眠術を行ふには一向差支が無いのであります。要するに被術者の注意を施術者に注がせる事が必要なので、それには前にも申したやうに、十分に豫期作用を働かせて、必ず催眠術によつて病氣が治ると思ひ、催眠術は少しも危険なものでない事を信じさせるべく外の事を考へず、催眠術を批評するやうな心持を棄て、すべて施術者に任せて安心してゐるやうに被術者の心持をそこにもつて行くやうに仕向けて置いて、前に擧げた實例のやうに眠らせる方法を行へば必ず、催眠状態になるのであります。催眠術には特別な設備、道建具のやうなものは一切不要である事は解りましたらう然るに人によると、催眠術を行ふものはその服装に注意して、なるべく勿體振つた容子をする、或は僧侶や教師が法服を着るやうに、何か威嚴ある服装をして、人をして一見直ちに信服、尊敬の念を起させるやうにしたいといふものがありますが、これも

俗に云ふヤマ師の玄關とか、葺醫師の容體振るのと同じやうにそんなくだらぬ事に氣を揉む必要は毫もいらぬのであります。服装などの立派とか威嚴を保つとかいふよりも、もつと大切なことは施術者の心がけです。施術者の人格です。施術者が何處までも誠實であり、催眠術に對する確信があるならば、服装の如きは一向頓着する必要はありません。

従來、所謂催眠術を職業にする人達の中には極めて不眞面目な者が多くて、催眠術を以て金銭利殖の方法にしたり、多額の治療代をとつたり、直接教授だの通信教授だのといつて無闇に多額の金銭を報酬に得んことのみ計つてゐるやうな者は、服装だの設備だのに勿體振るものがあるのですが、苟くも誠實に催眠術を研究し、これを應用して治療癆癩等の利用を計らうとする者には、決して服装や設備を勿體振る必要は無い。

催眠術には勿體振つた設備や服装はいらぬことで、要するところは施術者の品格即



ち誠實な心と確信とであります。また被術者即ち催眠術にかけて貰はうとする人にも、十分眞面目な心持で施術を受けるのでなければなりません。催眠術は俺にかゝるかどうか一番やつて見てくれといふやうなひやかし半分、面白半分の心持の人には、施術をする必要も無ければ、斷然そんな心がけの者には無益に時間を費し努力を拂つて施術をするに及びません。必ず被術者が眞面目であつて、施術者の誠實であると同じく、被術者も亦誠實に施術を希望するのでなければ、骨を折つて施術をするがものは無い。普通の醫師でも、若し患者が、ひやかし半分であつたり、人を莫迦にしたやうな態度であれば、必ず診察もせず勿論薬を與へるやうな事はある可きで無い。それゆゑに施術者が眞面目であるとともに、被術者も必ず眞面目に要求するのでなければ催眠術はその眞價を誤まられるものである事を注意したのであります。

### 第八章 かゝり悪い人とかゝり易い人

第一にお互に忠實な事……催眠術を應用すること事は斷じていけない……  
老人病者に對する注意……催眠に深い深いはあるが絶對にかゝらぬ事は無  
い……かゝつて居てもかゝらぬと思ふ場合がある……

施術者も被術者もお互に眞面目で、催眠術にかゝる、かけられるといふ關係が忠實に結び附けられて居れば、さういふ施術者と被術者との間には、催眠術にかゝり悪い人とかゝり易い人とかの區別はなく、誰でも催眠術をかける事も出来るし、誰にでも催眠術はかゝるものであります。

施術者がいつも誠實でなければならず、被術者も亦眞面目でなければならぬといふ事は繰り返して申した事でありませぬ。昔、支那に扁鵲といふ高名な醫師がりましたが、その偉い醫師のいつた言葉に、

『病に不治の病有り、醫を信せざる是れ第一の不治なり。』  
とあります。誠にその通りで、病氣にはどうしても治らぬ病氣がある、それは醫

△催眠術を亂用する事は斷じていけない

者を信じない病氣であるといふので、これは實に千古の名言であります。醫師を信じないでいくら薬を服んでゐても病氣の治る筈はありません。之に反して醫者を信じて服薬治療を頼んでゐれば、所謂病は氣からとか、氣で勝つとかいふやうに、その信賴の觀念で病氣が治り易いことになるのであります。それ故に催眠術にあつても同じ道理で、被術者は施術者を十分に信賴してゐる。施術者はまた誠實と熱心をもつて被術者に對するといふやうに、お互に眞面目でなければならぬのであります。今いふ通り施術者も被術者もお互に眞面目であれば、催眠術にはかゝり悪いとかかゝり易いとかいふ區別は無く、誰でもかゝるものであつて、何等の危険も無く、勿論有害なことなどは決してあるべき譯ではないのですけれど、若し施術者も被術者も、共に面白半分とか巫山戯半分にやつてゐると、それは非常に惡結果を來す事が無いと限らない。さういふ不眞面目な事であれば、初め面白半分にやつてゐたうちに、本當に催眠状態にはいり、お互に餘り氣もつかずに居ても、精神作用の靈妙なはたらき

△老人病者に對する注意

によつて、暗示が感應するやうになり、そのために催眠状態から覺醒することが出来る無くなるやうな事もあり、其他有害な結果を見るのでありますから施術者も被術者も初めから眞面目で誠實である事を忘れず、催眠術をくだらぬことに亂用してはなりません。濫に催眠術を施すものは警察犯處罰令によつて罰せられるのであつて、決して催眠術を亂用することはならぬのであります。で、催眠術を行ふ者、催眠術を受けるものは、双方とも眞面目でなければならぬ事は能くお解りであらうと思ふ。そして施術者が眞面目であれば勿體誠實に熱心に行ふ事になるので、病人に對しては心から深い、温い同情心をもつて施術する事になる。大抵の病人は神經が充奮して居るものですから、暗示を與へる場合にも、

『貴下は十分安心して眠ります。』

とか

『貴下はかうしてゐる中に病氣がすつかり好くなりますから安心して氣持よく眠つ

△催眠  
には浅  
い深い  
はある  
が絶対  
にかゝ  
らぬ事  
はない

て居なさい。』

とか、同情に溢れた言葉をもつて、慰めてやるやうな親切な暗示を與へる事が肝腎であります。それから五十歳以上の老人の方には初めかゝり悪いやうに思はれますけれども、一回一回と熱心に施術してゐるうちに、やはり催眠術の効果が表はれて來るものですから施術者も被術者もお互に忍耐して、幾回でも感應するまで續けてやるこそが大切であります。

催眠には浅い眠りの状態と、深い眠りの状態とありますが、如何なる人でも絶対にかゝらぬといふ事はない。例へば人間は甚麼に無信仰な人でも、いくらか神佛に對して信仰心の動かぬといふ事は無いと同じやうに、催眠暗示によつて、多少とも注意力を惹き起されぬものはないのであります。

人によると催眠術は幾度もやれば害があるのではないか杯と杞憂を抱く者がありますが、これは幾回やつても害なぞのある可きものでは無く、却つて幾度もやればやる

△かゝ  
つて居  
てもか  
ゝらぬ

ほど精神にも身體にも好い結果を生じるのであります。また催眠術は甲の術者にては感じなかつた者も、乙の術者によつて感ずる場合もあるし、二三人の施術を受けて少しも感じないやうに思はれた者も、他の施術によつて深く感じる場合があるのでありますから、私は催眠術をかけて貰つたことがあるが少しもかゝらなかつたから駄目だ。といふやうな人があつてもその人は決して絶対にかゝらぬ人で無い事を施術者も被術者も考へなければならぬ。そしてお互に熱心になれば、必ず如何なる人でも催眠状態になる事は、斷じて疑ふべきものではないのであります。

それから人によると催眠術を少しも知らないで、催眠といへば普通の睡眠と同じやうに思ひ、何も判らずに熟睡して了ふことゝ考へて、催眠状態になつて居り乍ら、その人は、  
『私にはどうも眠れません、どうも私には催眠術はかゝらないやうだ。』  
なぞと訴へる事がありますが、前にも幾度も申したやうに、催眠術は暗示の感應す

と思ふ  
場合が  
ある

る状態なのでありますから、暗示が感應してあれば深い區別はあつても、確かに催眠状態にあるのであります。で、初に被術者に對して催眠と睡眠との區別も簡單に話しておくがよろしい。例へば、

「催眠は普通の睡眠とは全く違ふのであるから、被術者の心のすべてが普通眠つた時と同じやうに何も知らなくなるのではない。被術者は催眠したといはれても、これでは、何だか普通の場合と同じやうに、外の物音も聞えるし、別心持に變つたところも無いと思ふかも知れないが、既に催眠關係が成り立つてゐるのであるから只安心して施術者の言葉だけによく注意してゐればよろしい、そして仕舞ひに何も彼も判らなくなるやうになつても施術者の言葉だけはいつまでもはつきり聞えてゐるのです。」

といふ風に豫じめ能く説明しておく事が必要であります。被術者はいくらかゝつてゐないやうだと思つても、暗示に感應して來る事が何よりも確かな證據であるから、

△催眠  
者の容  
貌

施術者は何處までも確信をもつて催眠法を續けて行つてよろしい。

### 第九章 催眠者を見別ける法

催眠者の容貌……運動や感覺に就いて……暗示の感應……

催眠法を行つた上は、被術者にかゝつてゐる（感應）か、或はかゝつてをらぬか、（不感應）を調べてみる必要があります。それにはどういふ方法で調べるかといへば、被術者の容貌と、運動と、暗示に感應する具合と感應に就て判定するのであります。

第一に催眠したものは次ぎのやうな状態を表はして居ります。  
顔は稍蒼白くなつて血色が少くなり、眼瞼や口唇には締がなくなつたやうになる。  
眼瞼を閉じた上から見て眼球が静止してゐる、即ちキヨロ／＼してゐる時のやうに動いてはゐなくなる。

身體中の筋肉の（隨意筋）運動が無く、普通の睡眠のやうになつてゐる。

次ぎには、被術者に或る運動を試みると、一層能く催眠状態を判定することが出来る。

施術者が被術者の手首を静かに持つて引上げて見るとき、何等の抵抗もなく、引上げられたまゝに上つて来る。

被術者の手の指を残らず握らせ、その中から中指だけを伸ばしてみると、感應してゐる人はそのまゝ伸びてゐますが、かゝつてゐない人即ち不感應の人は、その指だけ伸ばしてゐる事は出来ない。

手を伸ばさせ、又は上に上げさせておくとそのまゝになつてゐる。

被術者の一部の感覚を鈍くしたり、鋭くしたりする事も出来る。例へば、「貴下の手首は痺痺てしまつた。」といへば、手の甲を抓つても痛みを覺えない。その反對に、

「貴下の手首は感じが非常に鋭くなつたり、少し觸つてもピリツと痛い。」といつて、指の先で鳥渡觸つてみても、被術者は痛みを感ずるものです。

次ぎには、或る暗示を與へて被術者の感應を試みてみる事も必要です。

「貴下の手は自然に上にあがつて来る」といへばその通りに被術者の手は何物にか引上げられるやうに上にあがつて行く。

両手を前に伸ばしておいて、貴下の両方の手は両方から次第に傍に寄つて行つて合さる。と暗示を與へますとその通りに両手が相寄つてゆき遂に合さる。

深い状態になつてゐる者には幻覺、錯覺と云ふことを試みてみる。例へば何も音はしてゐないのに、「貴下には今鶯の鳴聲が聞える」といへば被術者はその通り鶯の聲を聞く。また白紙を見せて、「これは貴下の見た事のある寫真です、寫真には人物が映つてゐるがこれは貴下の知つてゐる人だ、誰ですか」といへば、被術者は自分の思つてゐる人の名を答へるものです。

### 第十章 多人数を同時に催眠させる法

メスマル氏の用いた方法……グエツテルストランド氏の用いた方法……一人に對すると同じ理由で多人数に行ひ得るもの……決して不思議でも六ヶしくもな  
い……

△メスマル氏の用いた方法

施術者は只一人で、多数の人に對して催眠術を行ふ事も出来ます。これは初めにメスマル氏の行つたもので、バゲー法といつて居ります。  
メスマル氏のバゲー法といふのは、木製の箱の中に、鐵片や硝子の破れや水などを入れて置きその箱から針金を幾本も出して、その針金の先を多数の人々に握らせ、隣りの室では靜かに低い音の樂器を鳴らして多数者の注意を集め、やがてメスマル氏は異様な赤い着物を着て、手には永い鐵の棒を持ち、その鐵棒で人々の肩を軽く打つて

△グエツテルストランド氏の用いた方法

歩いて催眠させたといふのであります。

またグエツテル、ストランド氏は、多数を一緒に催眠させるのでは無く、一人づゝ行ふのですが、それが極く手早く行はれるので多人数を一緒に行ふと同じわけになるのです。それはどういふ風にやつたかといふと、室を二つに分けておいて、一方の室には多人数を集めておき、一方の室には順々に一人づゝ催眠した者を收容するやうにしておきます。そしてグ氏は先づ多人数の見てゐる前で一人を催眠させ、助手を呼んで、被術者の傍らに置き、被術者に向ひ、

『貴下は私のいふ通りになると同じく、此人のいふ通りになります。』

と暗示を與へて、その被術者を助手に引き渡し、一方の室に伴はしめ、助手をして被術者に必要な暗示を與へさせる。

かうしてグ氏はまた直ぐ他の一人を催眠せしめては前のやうに助手を呼んで、前と同じ暗示を與へて助手に引き渡すといふやうに、順々、次ぎ／＼と多人数を催眠せし

△一人  
に對す  
ると同  
じ理由  
で多人  
數に行  
ひ得る  
もの

めたのであります。此のグ氏から被術者に暗示を與へて助手に引渡す關係をラツボーの轉移と申しまして、催眠者は施術者の暗示によつて、他の人をも施術者と同じに信賴するのであります。ラツボーとは相互關係といふ意味で、その轉移は、甲の施術者と乙の被術者との相互關係を、丙の施術者と乙の被術者との間に轉移せらるる事でありませぬ。

前のグエツテル、ストランド氏の方法は多人數催眠法といつても、一人づゝかけて助手に引渡し、助手をして更らに暗示を與へしむるのでありますから、普通一人に對して行ふ方法とその原理は少しも變りません。元來多人數に對するも一人に對するも同じ理由であつて、一人を催眠せしめ得るならば、その一人々々の集つた多數の人を催眠せしめ得る筈であります。

最も容易に行ひ得る方法は數名或ひは十數名の人の前で、一人を先づ催眠状態に入れて種々暗示の感應するありさまを見せて置くのです。そして多數の人々を見渡して

ゐると、何れもその心には多少なりとも豫期作用が起つて、

『なるほど催眠術はあゝいふものか。』

といふやうに施術を信じて來ます。中にはそれを見てゐる中に淺い催眠状態に入りつゝある者もありますから、さういふ人を見つけて、

『貴下はもう催眠状態になつてゐる。眼を閉ちて見なさい。さあその眼は開かない』の暗示でその通りになります。かういふ實驗を繰り返してゐる中に、多數者に向つて、

『諸君は私のいふまゝに眼を閉ちて下さい、さあその眼は確く閉ちて私の開くといふまでは開かない。』

と例の暗示を與へ、施術者は、それから後は、暗示を誰を相手に云ふとも無く繰り返して與へて行く。例へば、

『ソレ、非常に眠くなつて來た、その通りすん／＼深く眠つて行く。』

△決して  
不思議  
もなく六  
少しく  
もない

といふやうに、誰を相手ともなく云ふのであるが、多数者は何れも自分に與へられると思つてゐるもので、

「貴下は非常に良い氣持に眠つてゐる。安心して深く眠つて行く。」

といへば、各々にその暗示が感應して行くのであります。

多数の人を同じやうに催眠させるといへば、催眠術を知らぬ人は如何にも不思議に思ひ、また催眠術として最も六ヶしいものであらう等と考へますが、決して不思議でもなく六ヶしくもない。前にもいふ通り多人數に施すも一人に施すも、全く同じ理由によるのであるから、一人を催眠させ得るならば、多人數をも同じく催眠せしめ得る筈であります。只、多人數の場合は、その多人數全體を一人と同じやうに取扱つて行けばよろしいので、暗示を與へるにも『皆さん達は。』とか、『貴下方は』とか云はずに、やはり一人に對する時と同様に、多數者に向つて、

『貴下は……。』

△遠隔  
催眠法

と一人稱で呼びかける事が必要なのであります。併し催眠術は豫期作用といふことが最も大切であると前にも詳しく述べたやうに、一人に對する場合も、多數者に對する場合も此の豫期作用を十分に惹き起させることを忘れてはならない。利術者の方に此の豫期作用が起りさへすれば、數十人を一緒に催眠せしむる事も容易であります。それ故に宗教家とその熱心な信者とか、教師とそれを尊敬し信服してゐる生徒との間などには、常から信頼の觀念が多いのであるから、教師がその生徒に對し、宗教家がその信者に對しては、いつでも一種の暗示を與へてゐる事であり、多數者催眠と同様の關係が認められるのであります。

### 第十一章 遠く隔つてゐても出来る

遠隔催眠法……被術者と施術者との約束……手紙……電信……電話……

施術者は東京に居て、被術者は大阪に居るといふやうな、遠く土地を隔つてゐても



催眠術を行ふ事は出来ません。これを遠隔催眠法といふので、これなども初めて聞く人には、そんな事が出来る筈は無いとか、出来れば恐ろしい不思議なものだと思はれるのでありませうが、それが決して嘘でもなければ不思議でもない。

併しこれは何人に對しても出来るといふものではなく、被術者が十分に術者を信頼してゐるとか、又は被術者は初めて催眠する者でなく催眠状態になつた経験のある者でなければ行ひ難いのであります。

で、被術者は施術者を十分に信頼して居つて、「彼の人に頼めば必ず催眠する。」といふやうに信仰を持つてゐれば、被術者と施術者との間に數千里を隔て、山河萬里を隔れてゐても、電報なり、郵便なりで施術者は被術者を催眠せしむる事が出来ます。

△被術者  
と施術者との  
約束

遠隔催眠の方法としては、被術者と施術者との間に約束が成り立たねばならない被術者は施術者を十分に信頼して、手紙なり電話なり電信なりで、暗示を與へてく

れば、それに由つて催眠状態にはいるのであるといふ被術者の心の持方が必要であります。

これを他の例でいへば、或る山寺に非常に徳の高い名僧が居つて、その僧の祈禱を受ければ病氣が治るといふやうな事があるとして、日本の舊時代には澤山實例があります。祈禱を頼む人は百里も二百里も隔つてゐても、その名僧の祈禱は何月何日何時頃に行はれ、それによつて病人は治つて來るといふ信仰があれば、その祈禱の日の祈禱の時刻からめきめきと治つて來るとか、非常に快くなつたとかいふ事は人間の精神作用で有り得べき事なのであります。

遠隔催眠法もやはり一面にはさういふやうな、被術者の信頼と、施術者の人格、誠實によつてお互に治す、治されると約束が成り立つて催眠治療等の効果が表はれる譯であります。

手紙で暗示を與へる場合なれば、

△手紙

「……貴方は今此手紙を読み終ると、(或は手紙を読み終つてから何分たつと)次第に眠くなつて、氣持よく催眠状態にはいつて行く。そして眠つてゐる間の貴下の氣分は、何ともいへない爽快で、非常に氣持が好い。催眠は十五分間でもとのやうに氣持よく眼がさめる。貴下の病氣はさうしてゐる間にすつかり治つて了ふ。貴下は覺めてから後も、氣分はせい／＼して何處にも故障は無い。心も身體も非常に壯健である。』」

といふ意味で、催眠の初めから覺醒の終りまで、所要の暗示、回復暗示、覺醒暗示及び催眠中の時間と明かに記して送るのであります。電話ならば一層都合が好いわけで、普通の場合の如く催眠誘導暗示から最後の覺醒暗示までを前の手紙の文句のやうに話せばよろしい。電報なれば、一例を擧げると、

『コチラノコ、ロガツウジ、コレヲミテネムル、十五フンニテサメ、キモチヨシ』  
(此方の心が通じ、此を見て眠る、十五分にて覺め氣持好し)  
と打電すれば、被術者はその通り催眠するのであります。

### 第十二章 自分にはかゝらぬといふ人にもかゝる

反抗する人の心理……反抗心を醸へして信仰せしむ……

自分には催眠術は決してかゝらないといつてゐる人には、催眠術はかゝらぬものだらうかといふ事を聞かれる事があります。さういふ場合に、催眠術をかけて欲しくもないものなら、かけて貰はぬが好い、併し催眠術といふものは吾々が誰れも彼れも皆一様に持つて居る精神の作用なのだから、かゝる人とかゝらぬ人である可きものではない。』

と答へるのが適當であります。催眠術を「試みにかけてくれ。」とか、「自分にはかゝらぬものだがかけられるならかけて見よ。」とかいふやうな不真面目な人には、もとより相手になる必要は無いが、併しさういふ人にも催眠術はかゝるものなのです。元来「自分にはかゝらぬ。」といつて反抗する人の心理は、催眠術は絶対の人に「かゝらぬものだ。」といふのでは無く、「他人にはかゝるが、自分だけにかゝらぬ。」といつてゐるのですから、どんなに強く反する人でも、催眠術を全然否定してゐるのではない。「他の人にかゝつても、俺にはかゝらぬ。」といつて空意張をしてゐるのでありますから、別に催眠術に對して反對するだけの根據も理由も無いのであります。

無信仰の人が、「神だの佛だの世の中にあるもんぢやない。」といつて神佛を信じ得ぬと同じやうなもので、それならその無信仰者に神とは如何なるもの、佛とは如何なる意義であるかと聞いても満足な答へも出来ないのは勿論で、所謂「盲ら滅法」と

▲反抗  
心を奮  
へして  
催眠せ  
しむ

か「喰はず嫌ひ」なので、一朝事があると、「苦しい時の神頼み。」といふやうに馬脚を呈はして了ふ。催眠術は「自分にはかゝらぬ。」といつてゐる人の心理もやはりそれと同じやうなものであります。

で、催眠術は自分にはかゝらぬといふ反抗者にも施術者の誘導によつて、自分にはかゝらぬと思つてゐたけれど、或はかけられるのかも知らぬ。」といふ心持、即ち多少豫期作用を起させる事が出来ます。

催眠術に反抗してゐるといふ事は、催眠術を聞いた事も無く見た事も無く、催眠術といふものが世の中に有るか無いかも知らぬ人とは違つて、既に反抗するといふ以上は、多少なりとも催眠術に注意を拂つてゐる人なのでありますから、施術者の説明の仕方によつて彼の反抗心を翻へして信仰せしむる事が出来る筈であります。それ故に、反抗者に對して施術者が巧みに催眠術を説明して行く間に、反抗者は、「自分には決してかゝらないと思つてゐるが、油断してゐると或はかけられるかも

知れない。

といふやうに半信半疑な、不安な気分になつて来るもので、施術者はその機を捉へて、反抗心を漸次壓迫して行き、

『エッ。』

と一喝して、氣合で催眠せしめ、或は、

『とにかく貴下は眼を閉ちて私のいふことをよく聞いてゐて下さい。』

といつて、彼に眼を閉ちさせておき、催眠誘導の暗示を連続して與へて行き乍ら前に實例に示したやうに、撫法を行つてみるゝか、廻頭法を用ゐるとか、臉を壓す法を行ふとか、熱心に施術して行けば、必ず催眠状態に入らしめる事が出来ます。

### 第十三章 自分で自分にかかる

自己催眠法……自己催眠の種類……静坐法……坐禪……念佛三昧……自己暗示は吾人の日常生活に大切な意義がある

### △自己催眠法

### △自己催眠の種類

催眠術は他人にはかゝるが、自分で自分にかかる事は出来ないであらうか。これは少し催眠術を研究して來ると必ず思ひ當ることでありますが、前に幾度も申したやうに催眠術は注意の集中、精神の統一なのでありますから、やはり他人に施術し得ると同じく、自分で自分の精神を統一し、注意を集中する事が出来るのであります。そして此の自分で自分にかかる法を、『自己催眠』といつて居るのであります。

自分で自分にかかる催眠術とはどういふものかといふに、これは直ぐ催眠術から解釋しないで、他の自己催眠と同一理のものを以て説明した方が解り易いのであります。

昔、或禪僧は、毎朝早く起きると、先づ自ら大聲を出して、

『主人公々々々。』

と呼び、その聲に應じてまた自ら、

『何だ〜。』

と返事をし、次にまた自分が自分に向つて、

『今日一日にこれ／＼の仕事をしなければならぬ。解つたか。』

といひ、また自分が自分に返事をして、

『解つた／＼、必ずその通りにする。』

と返事をして、一日中に爲すべき自分の勤めを自分で自分に命令し、實行したといふ事でありませんが、この僧のやり方は、自己催眠の形式に當てはまつて居ります

『主人公』と自分で自分を呼ぶとき、その『主人公』は普通催眠に於ける被術者の

位置で、今日は何／＼をしなければならぬ。』と命令するのは恰度施術者が被術者に對

して暗示を與へるのと同じ關係であります。そしてその被術者も施術者も自分一身

に兼ねてゐるところが、自己催眠の意味なのであります。

佛教に於ける小禪とか、念佛三昧とか、また古く支那から發達して日本に傳はり

今日では盛んに流行してゐる坐法なども、すべて自己催眠と同じ意味のものであ

ります。

靜坐法に就いて申しますと、これは古くから行はれた精神と身體との修養法であ

りまして、白隱禪師の『夜船閑話』といふ著書によりまして、白隱がまた壯年の頃に、

餘り過度り勉強をしたために、今日でいふ激烈な神經衰弱に罹つて了つたのですが

その頃山城比叡山の奥に棲んでゐた白幽といふ仙人から教へられた方法で、その靜

坐呼吸法によつて病氣が治つたといふのであります。

この靜坐法は、一種の深呼吸法によつて、肺臟に十分空氣を出入せしめ、下腹に力

を入れて心を氣海丹田臍の下に集めるといふので、精神統一を計る方法に外ならぬ

のであります。そして井年流行の岡田式靜坐法などによつて、醫師の見放した病氣も

全快したといふ實例が澤山あるので、それを信じて靜座をする人には、

『靜坐法によつて必ず自分の心身を無病健全にすることが出来る。』

といふ信念が確乎として居りますから、靜座に由つて精神の統一が出來たところに

催眠術の暗示と等しき効力をもつて此の信念が加はり心身強健の効果を表はすのであつて、催眠術から見れば自己催眠に外ならぬものであります。

座禪も静座法と略同様なものであります。今日の静座法のやうに、深呼吸及び下腹に力を入れる工風が、餘り重きをおかれて居ないのであります。併しやはり座禪の要領は、「心を氣が丹田に置く」といつて下腹に精神を統一し、注意を集中する方法であります。座禪の道場には、大勢の禪僧が座つてゐる中に、一人の監督者があつて、鐵如意鐵棒を堤げて巡回し、禪僧の中に眠つてゐる者や、精神統一の出來ぬ者があれば、それを以て打ち叩き、修行の警めをするので、これは恰度多數者催眠の場合に施術者が大勢の被術者を監督してゐるやうなものであります。要するに座禪は精神の統一を計るので、禪僧の傑物になると、如何なる場所を問はず、如何なる時を問はず直ちに精神を統一し無念無想の境に入る事が出来るのだ、これは催眠術でいへば自己催眠を自由自在に行つてゐるものであります。

座禪のやうに難行苦行をするまでもなく、念佛三昧の如きも亦自己の精神を統一する方法であつて、催眠術に於ける自己催眠と同様な効果があります。時宗の一遍上人の歌に、

唱ふれば佛も我もなかりけり

南無阿彌陀佛々々々々

とありますが、此の境界が精神統一の極致なのであります。で、静座法でも、座禪でも、此の念佛三昧でも、その心理作用は催眠術の自己催眠をもつて説明が出来るのであつて自己催眠とは普通催眠に於ける施術者と被術者を自己一身に兼ねたものであります。

自己催眠では、普通の催眠状態に於て施術者が被術者に對し、「貴下は非常に氣持がよい、そしてかうしてゐる間に貴下の心も身體も非常に壯健になる。」

一〇〇  
といふやうな暗示を興へるのを、自分で自分に興へるのであるから、自己催眠の暗示は自己暗示といふのであります。そして此の自己暗示は吾々の日常生活に大切な意義のあるもので、俗に「旨いと思つて喰へばどんなものでも旨い。」或は、少し位寒くても（熱くても）寒くない（熱くない）と思へば寒く（熱くない）といふやうに、又は「病は氣から」といふやうに自己暗示の應用は頗る意味深いものであります。

### 第十四章 自己催眠の方式

心身の修養及び強健治病法……自己催眠の三方式……姿勢法……  
呼吸法……觀念法……自己催眠の實習法……三方式の根據と理論……

自己催眠法は、自分の精神を統一する方法で、その効能は精神修養となり、また身體の健康を計り、神経系統の病氣を治し、且つ一切の病氣に抵抗する心の力を養ふ事が出来るのであります。

前にも申したやうに静座法とか坐禪とか、それ等は皆この自己催眠と類似の心作用によつて、精神と身體を鍛錬するのでありますから、催眠術から見れば、静坐法も坐禪も自己催眠の一種と曰ふことが出来るのであります。  
で、静坐法にも坐禪にも、或方式がありますから、自己催眠法にも夫等を應用して予は三つの方を定め、此の三方式によつて誰にも自己催眠の實習が出来るやうにしたのであります。

自己催眠法に定めた三つの方式といふのは、第一姿勢法、第二呼吸法、第三自己暗示の三つに分けて考案したのであります。

第一、姿勢法。

第二、呼吸法。

第三、自己暗示。

第一の姿勢法は、身體の姿勢を正しくする方法であります。吾々の身體は姿勢が正

しいと正しくないとによつて、種々の影響を受けます。姿勢が正しければ身體の健康上非常に有益であることはいふまでもありませんが、それがまた吾々の精神の上にも極めて好影響を及ぼすのであります。孔子も、

『身を修めて心を正しうす。』

と「大學」の中に申されてありますが、此の身を修めるといふ事は、身體を修め直す意味でありまして、姿勢を正しくする事も身を修める一つの要件であります。

次に呼吸法とは、吾々の少しの間も休む事の無い呼吸によつて、これを最も正しい方法で行ふための方式であります。姿勢が吾々人間の健康及び精神上に大切であると同じく、呼吸はまた一層大切で、

『人の生命は呼吸の間にある』

と釋迦も申して居り、佛敎の中には呼吸法に就いても委しく説いて居る經典があります。(後章参照)

で、此の呼吸法を醫學や生理學や其他古來説かれてある種々の書物を參考にして定めたのが、此の呼吸の方式であります。

第三の自己暗示は、前にも述べましたやうに、自分で自分に暗示を與へること、即ち自ら觀念を凝らす事であつてこれが姿勢を定め呼吸を正した上に、精神にしつかりと感應するので、初めて健康、治病等の効能が表はれて來るのであります。次に此の三方法に就いて、詳しく其方法を説明し、後に實習の仕方を述べることにいたします。

### 第一 姿勢法

姿勢は吾々の平素の舉動から、坐つた場合と、腰掛けた場合と、起つた時及び歩行する場合と、臥床した場合とに分けて、其方法を定めたのであります。

#### 座つた場合

△背すちを反り身にならぬやう、前にもつまぬやうに眞直にして、双方の肩を下し

△姿勢法



て撫肩にし、

△頭は右にも左にも前後にも傾がぬやうに、眞直にして、少し臑を退き、鼻の孔と臍輪と向き合ふやう、

△眼は、二分間ばかり、三尺ほど前の一點を凝視して、やがて軽く閉ぢること、

△兩手は膝の上に、上を向けて重ね合せ、肩のつけねから指先まで少しも力を入れず、肘を張らぬやう、

△兩足の拇指を重ね合つて、いつものまゝに座り、

△腰から腹を押し上げるやうにして、下腹にウンと力を入れ、下腹がむくむくと張り出で、所謂太鼓腹といふやうに圓くなり、臍輪が上を向くやうになり、

△胸を附き出さず、鳩尾のところ、(即ち胃の在る位置)に少しも力を入れないこと、

△鳩尾のところを力を入れぬ工風は、少し猫背になる氣分にすれば出來ます。そして下腹に力を入れる時に、上から押さず、必ず腰を以つて押し上げることにし、

臍の上一寸ほどのところに深い皺が一文字に出来るやうにするのです。

△口はいつも軽く結び、上下の歯をやはり軽く合せて置く。

△以上の姿勢に坐り、下腹の外は、身體中何處にも少しの力も這入らぬやう、氣力を氣海丹田(臍の下二寸ほどのところ)に集めて了ふのです。

腰を掛けた場合

△前の座り方の姿勢と同じ態度でよろしい。只、前には膝の上に置いた兩手を、此の場合には臍の眞下のところに重ね合ふことゝ、

△尻をなるべく深くかけて、尻と腰にて下腹を押し上げるやうに臍下に力を入れること。

△そして如何なる場合にも後ろに寄りかゝらぬ事が肝要です。

起つた場合 歩む場合

△此の場合もやはり座り方の姿勢と同じで、座つた姿勢そのまゝ起ち上つた形なの

です。

△両手は肩から體につけて下に垂れ、軽く握つて腰につけ、歩く時には自然に前後にゆれる。

△下腹の工夫はいつも同じで、十分に力を集めておき、歩く時には、下腹の力で前へ前へと押し進む気分です。

△此の歩き方をすれば、長旅にも割合に疲労を感じないものです。

臥床の場合

△臥床の場合には、仰向に寝るか、横に寝るのが好いので、打俯に寝るのはよろしくない。

△仰向に寝るには、前の起つた場合を、そのままに仰向に倒した形で、両脚を伸ばし。

△呼吸法

△足の先は一尺ほどの間隔に開いて、足の拇指を三四十遍ほどゆり動かし乍ら、下腹に力を入れ、眼を閉ちてやがて安静に眠るのです。

△横向に寝る場合は、左側を下にせず、必ず右側を下にし、

△両手は右を床につけ、左を腰につけて伸ばし、兩足は右を伸ばし、左を膝で折つて、その上に重ねて置くのです。

△釋迦は、頭北而西といつて、頭を北に向け、顔を西に面して寝るのを好いとして居りまして、即ち此の右を下にして横向に寝る方法を用ゐたものであります。

第二、呼吸法

呼吸法の大切なることはいふまで無く、此に就いての生理上及び醫學上の説明も加へたいのでありますが、それは後章に略述する事にして、茲には最も理想的な方法を述べるに止めます。

呼吸の總則

一〇八

△呼吸(吐き出す息)も吸氣(吸ひ込む息)も必ず鼻の孔から出入をさせるやうにし、決して口から出入せしめてはならない。

△鼻腔は物の匂ひを嗅ぎ分ける役目の外に、空氣を清潔にし。また寒い空氣ならばそれを温めて肺に害を及ぼさぬやう、呼吸に就いて大切な役目をもつて居るのであります。

△呼吸は、來るだけ靜かにして、せわしなく、または息を荒くしないこと。

△呼吸(吐く息)は長く、吸氣(引く息)はそれに比べて短いのが原則であります

呼吸の仕方

△吸氣(引く息)は、息を引くに連れて、下腹の力が僅かにゆるむ加減にし、呼吸(吐く息)よりも短い。

△呼吸(吐く息)は、なるべく靜かに長く息の續くだけ吐き出し、息を吐き出すに從ひ、下腹には腰から押し上げるやうにむくくと力が這入つて來るやうにする

こと  
△息を吸ひ込んで、これを吐き出す間に一つウツと下腹に力を入れ、極く僅かに鼻から、フンと息を漏らし、二三秒の間を置いてからゆるくと吐き出すやうにする

こと  
△以上の呼吸法は肺臓の全體に空氣を入れ。またそれを盡く吐き出す法であつて、生理上も適當な呼吸の仕方なのであります。

△生理、醫學を知らぬ人は、肺の弱い人、或は肺の悪い人にさういふ呼吸は害がありはしないか、と考へるものがありますが、これは取るに足らぬ杞憂であつて、此呼吸法によつて却つて肺の弱い人、悪い人は健康に復する事が出来るのであります。

△此呼吸法には次に述べる観念法が加はつて、始めて生理衛生以外に著しい心身の治病強健法として効果を擧げるのであります。

### 第三、観念法

前述の第一の姿勢法も、第二の呼吸法も此の観念法が加はつて、こゝに自己催眠として完全し、前に述べました心身修養及び治病強健法となるのであります。観念とは自己暗示であると申しましたやうに、姿勢法、呼吸法を行つて居つても観念が加はらなければ催眠術に暗示が伴はぬと様で、未完全した方法とはならない。で、姿勢、呼吸、観念の三つの方法を具備して、自己催眠の効果が表はれて來るので、此の三つの方法は互に相伴ひ相援けて、例へば鼎の脚のやうにその一つをも缺いてはならぬのであります。中にも此の観念法は、自己暗示でありますから最も大切な方式であります。

### 観念の仕方

△観念法は幾度も申すやうに自己暗示でありますから、催眠術で暗示が絶対の權威をもつて感服するやうに、精神を集めて、或一事を強く観念することでありませう。△或一事を強く観念するといふのは、心を其一事の上に集め、即ち精神をその一事に集注して、外の事を思はぬ事でありませう。催眠術で暗示が驚くべき力をもつて威應し、被術者は施術者の暗示のまゝになるのは、精神が集注して常に暗示にのみ注意が集つてゐるからであります。それゆゑに此理を観念に當てはめればよろしいので観念とは一事に注意を傾注する事でありませう。そして外の雑念が無ければ、その一事について強い精神力が働くのであります。

△観念法は、心に思ふといふ作用ばかりで無く、姿勢法と呼吸法とを併せて、心に思ふばかりでなく、身體にも作用を及ぼして來るのであります。

△先づ姿勢法で身體の正しい姿勢を取つた場合に、例へば、

『自分は今此の姿勢正しき身體によつて心身の健全を計る事が出来る。』

と此一事を確乎と観念するのであります。

△次に呼吸法によつて、息を引き容るゝ場合には、例へば、

『自分は今空の中ら心身のための靈藥を服するのである。』

と思ひ、吐く息に連れて、

『自分の心身の汚れたもの（或ひは病毒）を悉く吐き出してしまふ。』

といふやうに一呼一吸、引く息吐く息に連れて観念を凝らすのであります。

以上述べましたところは、姿勢、呼吸、観念の三ノ式を別々に説明したのであります。

すが、これを併せて次に實習法を述べる事にいたします。

自己併眠の實習法

姿勢は卧つてゐても、腰掛けてゐても、或は横臥してゐても差支無い事でありませ

△自己  
併眠の  
實習

が、茲には座つた場合を例に引いて其他の場合にはこれによつて應用すれば出来る程に止めて置きます。姿勢法の座り方に述べたやうに座り、敷物は座蒲團を用ひるがよろしい。座り方を重複を厭はず述べてみますと。

△兩足の拇指だけを重ね合せて座り、身體を反り身にならないやう、肩を撫肩にし頭を眞直にして少し腮を引く加減にして、鼻と臍と向き合はせ、鳩尾のところには少しも力を入れぬやう、腰をもつて下腹を押し上げるやうにして下腹に力を入れる。

以上の如き要領で坐つてから、前方三尺ほどのところに或一點を定めて、そこを二分間ほどじつと凝視してゐる。此場合に線香を點けて、その一點の火を凝視する杯は最も好い方法です。

そして呼吸法を行ふのですが、初めに口を大きく開いて、肺にあるだけの息をばあッ、ばあッと三四度吐き出しその後ちに口を結んで、鼻から息を引き入れま

す。これも。

△引く息は吐く息よりも少し早目に短かく引き、吐く息は静かに長く、下腹に力を入れつゝ吐出す。

で、この引く息、吐く息につれて観念を伴はせるのであります。初め坐つた場合にも。

「自分は此の方法によつて心身を健康にする事が出来る。」

と確信を持つ事は前に述べました通り。そして引く息には、

『心身健全のための靈藥を取る。』

と観念し、吐く息につれて、

『心身の害毒をば悉く吐き盡す。』

と観念する。

かくて、二分ほどにて兩眼を軽く閉ぢ、出入の呼吸につれて、観念を絶え間無く繰

り返し、吐く息に従つて、腰をもつて腹を上へ押し上げるやうにして、張り切るまで下腹に力を加へ、精神はその下腹の臍の下、即ち氣海丹田におちつけるやうにするのです。

呼吸の間には二三秒間、ウンと下腹に力を張つて、

『心身健全。』

と観念する事。

斯うして五分十分と時間のたつに従つて、心も身體も軽くなつたやうに覺え、非常に爽快な、鳥渡たとひやうの無い好い氣分になつて來ます。

そして練習を積むに従つて、僅かな時間のうちに、例へば五分乃至十分位で、心身恍惚の境に入り、近々でどんなに騒々しい物音がしてゐても、少しも氣に止まらず自分は恰も深山に入つて所調樹下石上に安禪をしてゐるかのやうな靜寂な境涯に這入る事が出来るのであります。

此の自己催眠の方法は、以上通讀しても解るでせうが、決して六ヶしい方法ではなく、本書を読み乍ら此の通りに試みてみれば誰にも直ぐ要領が解ります。

で、此方法はなるべく朝晩と努めて解らず引き續いて行ふやうにしたもので、朝起床後と、夜は就床前に十分間でも二分間でも必ず實行するやうにすれば、種々有益な効果を得る事は、予の明言し斷言して憚らぬところでありませう。

人による多忙でどうもさういふ事をしてゐる暇が無いといふやうなものもありますが、併し如何なる多忙な人でも、一日のうちに三十分や四十分の餘裕の無いといふ事は決してありません。で、朝晩時間を定めなくてもよろしいから、一日中の僅か二十分ほどの餘裕を利用して二回ほどこれを行ふ事を切にお勧めいたします。

新義眞言宗の派祖興教大師覺鑿上人は、眞言の行法を説いて、『鑿が言を疑はゞ修して後知れ。』

と云はれた事ですが、實際自ら修めて初めて眞の効果が解るのでありますから、何

人にも此の自己催眠法をお勧めする意味は、やはり此覺鑿上人のお言葉をそのまゝ借用するに過ぎた事は無いと思ふのであります。

それから自己催眠を行つて、覺醒しない場合がありはせぬかといふやうな憂ひを抱く人もあるかも知れませぬが、さういふ事は決してありません。例令、恍惚状態に入り、無耶有の境に這入つても、自己催眠はいつでも自分で覺醒する事が出来るもので、全く安心して行つて好いのであります。

### 三方式の根據と理論

姿勢、呼吸、觀念の三つの方式に就いて、予の根據としたところを擧げ、且つ修養治病等の効果を表はす理論を述べ、讀者の參考に供したいと思ひます。

先づ佛敎に就いてみると、大無量壽經の中には、『身を端くし行を正しくし、益諸善を作し、己れを修め體を潔くし云々。』

とあつて、此の身を端くすること即ち端身といふ事は姿勢をいつたものに相違無い。また佛教では修行の方法として禪定に重きを置き、釋迦の死に臨んで説いた佛遺教經の中には、

『汝等比丘、若し心を攝すれば心即ち定にあり、心定にあるが故に、能く萬象生滅の法を知る。是故に汝等常に精勤めて諸々の定を修め習ふ可し、若し定を得れば心即ち散せず。譬へば水を惜む農家の善く堤塘を築くが如し、汝等も亦智慧の水を惜みて禪定を修め、之を漏失せざらしめよ。』

とありまして、禪定を修めよと勸めて居られるのであります。此の禪定に就いては俱舍論の中に詳しく説いてあつて、それは前に述べた呼吸法、觀念法と同じやうな意味を持つて説かれて居ります。即ち、

『定に入りて修行するに多種あれども、その入門に二あり、一には不淨觀、二には持息念なり。』

不淨觀を修するは正に貪を除かんが爲めなり。貪を退治するには二種の觀法あり、一には自らの屍を觀じ、二には他の屍を觀す。利根者は自らの屍に於て、足より頂まで、周く觀察して心をして厭忌せしむ、若し鈍根者は、煩悩猛く摧き伏すること難きが故に、外縁の力によりて、によく制治する事を得るなり。他の身を觀するには先づ慈心を起し、その屍の處に往き、その相を以て、自らの相に比べ、彼の相既に然り、我れも亦將に然るべしと、次いで其屍に就いて八種の觀想をなし、以つて、四貪を伏治すべし。(中略)

持息念とは出入の息を念ずるものにして、正に思ひの散るを退治せんがためなり。此念を精修するには六種あり、數息、隨息、止息、觀息、轉息及び淨息なり。數息とは息の出入を數へて心の他に聚散するを妨ぐなり、凡そ息を數ふるには先づ入息より初めよ、人の初めて生るゝ時は入息先きにして、死する時には出息最も後なり。出でたる息の入らざるを死といふ。是の如く生死の位を覺察するを以て、無



常の想ひ漸々に能く修習するを得べし。

随息とは入出の息に随ひて、その長短を念するなり。又た入息に随ひてその止る所を念するは止息なり。止息する時は心は鼻端或は眉間、或は足指に意に従ひて安止するを得。

觀息とは息の身にあること球の中の縷の如しと觀す。轉息とは息と大種の造色（地水火風）と心所とを兼ね觀するをいふ。

淨息とは世第一法より八見道に昇進し智等を盡すを淨息想と名くるなり。

とありまして前の不淨觀は主として觀念に重きを置き、後の持息念は全く呼吸法と觀念法とを述べてゐるのであります。

次ぎは支那では、老子が守靜の法を説いて、これを長生久視の法即ち長壽健康法と名けて居ります。老子の第三章に、

聖人之治、虛其心、實其腹、弱其志、強其骨、

（聖人の治は其の心を虚にし、其の腹を實にし、其の志を弱くし、其骨を強くす。』

とありまして、其心を虚にするといふのは鳩尾のところの力を脱いて、心を虚くする事、其腹を實にすといふのは、下腹に力を充實させること、其志を弱くすといふのは、志とか希望とか慾望とかいふ意味で、それを弱くするのであるから、虚心擔懐になること、其骨を強くすといふのは筋骨強くして、身體の無病強健なありさまをいつたものに相違ない。

また莊子の刻意篇には、

「吸胸呼吸、故を吐き、新を納れ、熊經鳥申、壽を爲すのみ、これ導引の士、養形の人、彰祖壽老者の好む所なり。」

とありまして、呼吸法を説き、熊經鳥申とは前に述べた姿勢法の如き態度姿勢を形容したもので、即ち莊子も呼吸法と姿勢法とを以つて長壽健康を得る方法としたので

あります。

莊子は更らに呼吸に就いて、大宗師篇には、

『衆人の息は喉をもつてすれども、真人は踵をもつて呼吸し其息深々。』

といつて、普通の呼吸は喉でしてゐるやうなものだが、眞の達人になると、深く呼吸をして、息が踵に届くやうな具合であると形容したのであります。

また、後漢の張道陵が道教を創めまして、これを信奉する道士たちは、吐納導引といつて深呼吸法を行ひ、極端には五穀を食はずして不老不死の仙人となる事が出来るなどといつて居ります。

それから宋明の儒者は、静坐法を盛んに行つたもので、これは道教の影響と佛敎の禪學の影響をうけたものであります。で、周子始めて静を主として人極を立つといひ程伊川は、人の静坐するを見れば其の善く學ぶを嘆賞したといふやうな事が書いてあります。

王陽明は、静坐が修養法であるといつて、それに一層注意をして、静坐をすれば心に收斂を覺えるけれども、一旦非常の事に逢へば又た亂るゝを免れないから、吾人は更に事に當つて修養すること、即ち事上に鍊磨せねばならぬといつて居ります。これは静坐法を處世上に十分活用し應用しなければならぬといふ意味を説いたものであります。

此の陽明門下の、王龍溪は、静坐呼吸法に就いて、詳しく説明して居ります。それは、

『息に四種あり、一は風、二は喘、三は氣、四は息、坐する時鼻息出入に聲あるを覺ゆるは風相なり、息聲無しと雖も出入結滯して通せざるは喘相なり、又た結滯無しと雖も出入細ならざるは氣相なり、而して此の三者は不調の相にして、坐するに聲無く、結せず粗ならず、出入綿々存するが如く亡きが如く、心神悅豫するを息相と爲し、これを調和の相と云ひ、静坐を習ふには調息を以て入門とす。』

といふやうに述べてあります。

日本でも古くから佛教の影響を受けて、平安朝時代には眞言宗、天台宗が盛んに姿勢、呼吸、観念の方法を説いて居ります。

眞言宗では威儀といつて姿勢に重きを置き、印契といつて種々手にて形を爲し、それに観念を象徴のでありますが、かういふ作法に關するものを事相といひ、教理を教相といつて、此の事相教相を兼修しなければ眞言行者ではないのであります。

天台宗では摩訶止觀を説いて、全く呼吸法と観念法とを修行し信仰り養に努めたものであります。

鎌倉時代以後、禪宗が傳はつてからは、生禪、非禪に行はれて、當時の武士は精神修養、膽力養成法としてこれを修めたのであります。徳川時代の高僧白隠禪師が坐禪以外に靜坐呼吸法を精修した事は有名な事柄で、今日流行してゐる靜坐法は全く此の白隠から系統を引いてゐるものと見るべきであります。

近く天保年間には、當時の町醫で平野元良といふ人が、白隠の高弟東嶺から寺田某に傳はり、その寺田から兵學者の白井鳩洲に傳へた靜坐呼吸法に新工夫を加へて五事調和法といふものを創案して居ります。

此の平野氏は櫻寧居士とも呼び、革齋と號し、幕府の醫師多紀桂山に醫術を學び名醫の賞れを得た人で、その五事調和法といふのは、姿勢、呼吸、観念、食事、睡眠の五つを調和させて、治病健康法に應用したものであります。その著書の一節を左に抄録してみる事にします。

先づ體容を正して後に息を調和すべし。體を正しくするは坐るに端直なるを要す。脊骨の前へ曲むは悪し。後へ聳るも良しからず。頭は平靜に鼻と臍との準、相對し偏らず斜ならず、仰がす伏がす、頸は昂びたるがよし。肩は低たるがよく急るは悪し。眼は定まりて物を眺るときは頭と共に顧るべし。兩手は牽き來せて身に近づけ、膝の上に安くべし。腋下に鶏卵一個を容るゝ程になりた

るをよしとす。

總ての用意は腰を以て、下腹を前に推すやうにすれば臍下に力入りて、下腹に氣充實し、息も臍下に守りて胸肋、心窩に支ふるものなく、週身の力、臍下腰影に在ることを覺ゆ可し、漸に慣れての後はあながちに、力をも用ひず、自然にかく爲し得るやうになりて、息の喉を出入るを自ど知りざるやうになる可し。

と姿勢法を説き、呼吸法に就いて次のやうに述べて居ります。

呼吸は肺より出で、臍下に納り、臍下より出で、肺に泄る。後には耳よりも發ち、孔理よりも出づるなり、長壽の人の耳に毫毛の生ゆるは呼吸調ひて、精神の檢束せる符驗なり。

口は一切閉ぢたるがよし、行住臥とも常に上下の際に合せたるをよしとす。

痲、諸、肩、急、上衝、眩暈、眩暈、胸腹支體、心氣鬱結、癩疝、拘、犖、及び婦人子藏諸病等に此術を用ひて其の患漸に治すべきなり。

と治病の効能を述べ、また次に、

坐して行ふことゝのみ思ふべからず、行住坐臥共にこの意を用ひてよし。

歩むには手を體に牽き來けて下に垂れ、四指に力をこめ、拇指を掌中に握るやうにすれば、自然と臍下に氣充ち來り、腰膝に力入りて脚步輕利にして躓くことなく、習慣止むこと無きに至れば、運歩の機會は腰膝にありて脚にあらざるを自覺すべし、それからまた平野氏は、此方法を何人にも行ひ易くするため自ら工夫を按出して歌を口唱ながら、身體を撫せ、そして呼吸法を行ふやうに、此法を一層簡易に應用して居ります。それは、

所作悉く終りて後、厠にゆき、寢衣を着、心を静めて臥褥に入り、仰に臥し、肩と頸の間をゆるく、ごくつろげ、兩手を身に添へて下にたれ、兩脚を伸べて總身にいさゝかも滯る所無く、たとへば死にたらんにはかくやと思ふやうな形軀になりて先づ口を開き、臍の下より息を吐き出すこと一七遍にして口を閉ぢ、眼をふさぎて

心しづかに両手を以て、胸脇より下腹にいたるまで撫でおろすことを、歌三七へん  
吟ふる間とくと撫せる、是れ一術なり。

後ち兩腿のつけねより腰のつがへへかり、内外に膝のかたへかはるべく力を入れて  
掌のこよく所まで撫でおろすこと、歌一七遍の間、是れ第二術なり。

それより兩脚を張り、足の大指をゆりうごかすこと、歌一七遍の間、是れ第三術な  
り。

以上歌三十五遍ゆるくと誦へ、總べて終りたらば、そのまゝ又々以前の如くに、  
總身をゆるやかにして、いさゝかも、はりたる所、滞りたる所無からしめて、鼻よ  
り息を納れてゆる／＼臍下にいたらしむること三七遍、このときには唯この息の臍  
下にいたることにのみ心を用ひて他の慮をはぶき數の如くに息を入るゝたび毎に  
鼻より出して、口は一切に開くことなかるべし。(中略)  
歌は萬葉集に出でたる田口益人大人が詠みたる、

いほばらの、きよみがさきの、みほのうらの、

ゆたけきみつゝ、ものもひもなし。

といふ歌なり。此の句中に、ものもひもなしといふことばにつきて、おもひつゞく  
るに、およそ心識にあづかる病、自餘の諸般も三因ありとはいへど、ものもひもよ  
り識神おのづから耗滅窒塞して、もろ／＼の病をひき出すことなれば、この歌こそ  
よきまじないならめとて、人に授け受け持たしむるに驗もまた多し。

とありて、和歌を口唱する事によつて精神を統一し、催眠術の法、法のやうに身體  
を自ら撫せさすり、そして呼吸法を行ふのでありますから、これは平野氏の所言して  
あるやうに確かに効果の多いことに相違ない。此外に食事に關する注意と睡眠につい  
ての心得とを説き、これを五事調法といつて一般治病法に應用したのであります。  
その上に、平野氏は此をもつて治病健康法以外、心身鍛錬の方法であるといひ、此法  
は技藝百般に應用して何れも著しい効果があると稱して居るのであります。

自己催眠の眞理に就きましては、本書下編の催眠術の原理を讀まれば自ら諒解される事と思ひますから、此處にはこれをはぶき、姿勢法と呼吸法とによつて、下腹に力を充實させる事が、何故治病健康法であるかを一言したいと思ひます。

それに就いて幸ひに二木醫學博士の意見がありますから、左に抄録して著者自らの説明に代へます。

一體、人間の身體には血液は二升五合位しかない。其の二升五合の血液が萬遍無く循環して居ると健康であるが、若しその循環の工合よく行かぬと、新陳代謝が十分に行はれぬによりて種々の病を起す。

それは血液がいづれかに滯つて、二升五合のものが、二升若くは一升十合位しか身體の養ひにならぬ爲めである。

そこでかゝる人は血色が悪く、手足が冷え、慄れ易く、腹痛み、肩凝る等、諸病となるさればその血液はどこに滯るのであるかと調べて見ると、全く腹中に溜り滯る

のである。

腹には一度護謨の如き伸び縮みのする筋肉の壁があつて、此處には物が随分澤山はいる。食物もはいれば湯水もはいり、又糞も尿も溜つてゐる。

さて此の腹の中には健康體でも全身の血量の殆ど半ばは溜つて居る程だから、若し腹に緊りがなくなつたときには、全身の血量の三分の二も腹に滯ることになる。ソウ腹中に多分の血が滯ることになると、他の部分が貧血して困るばかりで無く、腹の中でも困る事となる。何故なれば胃や腸の所に悪い古い血が滯つて場所を塞げて居るから、善い新鮮な血液の這入るべき處がなくなつて、胃や腸の消化が悪くなり、それが原因となつて微菌は發育し、酸酵は起り、瓦斯は溜りて、遂に胃擴張を起し、慢性胃加答兒となり、胃腸の運動悪しきため、常習便秘を起し、又酸酵の爲に腸加答兒を起して下痢に苦しめられ、又悪性の瓦斯や、消化不良によつて出來た悪性産物が吸収せられて行くと、腦神經を刺戟して、腦病や神經衰弱症を起すこ

とゝなる。

それから此血液の滞りと消化不良とが原因となりて、腎臓とか、腹膜とか、肺とか肋膜とか、其他多くの疾病を起し易くなることは明かである。

ソコで此腹部に溜つて居る血液を遂ひ出さねばならぬが、ソレにはどうすればよいか。

ソレは腹へ力を入れて腹を固くするに限る。腹を固くすると内部の壓力が高まる、壓力が高まれば、溜りたる血は心臓に込り、それから四方に押し出されて全身に廻る血となる。

扱て、其の腹へ力を入れ腹を固くするとは、どういふことをするのかといふに、ソレは横隔膜の運動によるのです。

横隔膜とは、腹と胸との中間にある一枚の膜で、丁度傘か、車夫の饅頭笠のやうな形になつて居て、筋肉が傘の骨のやうに張つて居る。そして此筋肉を縮めると傘の

高さが低くなる。即ち横隔膜が下つて来る。横隔膜が下ると胸が廣くなる、胸が廣くなれば肺が廣がる。其代りに腹の方は狭くなるから腹は前へ出る。腹の中には胃腸が一杯這入つてゐるから上から壓されると、腹は前へ出て来るのである。それから横隔膜が上ると、胸が狭くなつて、肺が縮まり、其代りに腹は廣くなるから、内臓は後ろに引かれて腹の皮が凹む。之を横隔膜の運動といふのである。

此の如く横隔膜の運動は、腹部の壓力が高まることとなる。腹部の壓力が高まるとそこに停滞して居る血液は皆心臓に歸ることとなる、而して之れは腹式呼吸によつて来るのである。

以上二木博士の説によつて、腹に力を入れる方法が、治病健康上非常に良い理由が明かであります。著者の自己催眠法はこれに自己暗示も觀念作用を加へたものでありますから、その効果は多言を要せずして諒解する事が出来やうと思ひます。

# 催眠術篇

大日本心靈學院編

## 中編 催眠術の應用

### 第一章 催眠療法

催眠術で治る病氣……如何なる病氣でも治るといふのは間違ひ……醫學療法と催眠療法……

人間の精神作用が催眠現象のやうな特別な状態を表はすのでありますが、催眠術の價値はこれを催眠法とか、性癖悪習慣等の矯正法などに應用する事によつて、初めて世の中を益する事になるのであります。



で、初めに催眠療法ではどういふ病氣が治るかといふ事を申して置ませう。これは催眠術を行ふものゝ能く知つて居らねばならぬ事であり、且つ催眠術ではどんな病氣でも治るなぞといふ間違ひに陥らぬやう、施術者は飽くまでも此の學問に忠實でなければならぬのであります。今日の學問では催眠療法の場合を次ぎのやうに定められてあります。

催眠療法の効果は神経中樞に於ける過度の興奮状態、例へば痙攣、神経性疼痛等を鎮静する事が出来る。その反對に神経中樞の過度な消沈状態即ち痲痺の如きものを治す事が出来る。

又、神経末梢部の脈管運動を刺激せしめて、營養作用を進め、内臓の機能を盛んにする事が出来る。例へば胃の消化力を増進させることか、便秘を通せしめる等。それから精神作用に於て、有益な觀念を發達させ、有害な觀念を除く事が出来る。

以上の場合が催眠療法にて効能がある標準となるのであります。これを病氣にして

數へて見ると大略左の如きものであります。

- |   |                |             |
|---|----------------|-------------|
| 神經衰弱症。                                  | ヒステリー。         | 恐怖觀念。       |
| 癲癇。                                     | 痙攣。            | 訥吃。         |
| 不眠症。                                    | 頭痛。            | 酒精中毒。       |
| モルヒネ中毒。                                 | 喘息。            | 神經性呼吸困難。    |
| 神經性心臟病。                                 | 神經性心悸亢進。       | 胃腸病。        |
| 嘔吐。                                     | 便秘。            | 下痢。         |
| 陰萎。                                     | 勃起過度。          | 遺精。         |
| 色情過剰及び無感。                               | 交接不能。          | 夢精。         |
| 月經不整。                                   | 夜尿(寢小便)。       | 交感時の快美感覺脱失。 |
| 耳鳴。                                     | 記憶力、判斷力、決斷力缺乏。 | 齒痛。         |
| 以上は催眠療法にて治療し得べき病氣であります。が、猶催眠療法の應用によつて肺結 | 煩悶、悲觀、厭世、失戀等。  |             |

核患者を失望悲觀の心持から一轉せしめて、強健法を講せしめるとか、無痛手術無痛分娩に應用するとか、術者の暗示の巧妙と熟練とによつて種々の副治療法を講ずることが出来るのであります。

四

それから催眠療法は單に病氣を治すばかりで無く、性來の癖とか、多年の悪習慣等を改めしめることが出来るので、感化事業等に應用され居るのであります。

併し催眠療法に由れば如何なる病氣でも治るといふやうな事は全く催眠術の効能を賣樂と間違へてゐる者のいふ事で、さういふ誇大な吹聴は却つて催眠術の價値を疑はしめるに過ぎない。「し乍ら催眠術の効能を除き、尠く見くびるやうでも困る、一部の醫師などは催眠術の効果を極めて過小に見てゐるものがある。要するに催眠療法は効能を過大に見ることも過小に見る事も共にありであつて、本より催眠術でどんな病氣でも治るといふやうな理窟に無いのであります。稍もすれば催眠現象の靈妙不思議といふやうな特別な事に驚いたり自惚たりして、これによればどんな病氣も、どんな性

癖惡癖も容易に治る。或は只一回の施術で直ぐ治るなどといふ者がありますが、さういふ事は淺薄な不眞面目な考へであつて、なるほど催眠治療一度だけで治る場合もあるけれども、催眠治療は幾回も行ふほど有効なもので、只特別な場合のみによつて催眠術萬能を唱ふるが如きは取るに足らぬ説であります。

佛蘭西のナンシー學派の如きは、催眠療法を以て、近代文明の産んだ治療法の最大權威として、催眠療法萬能を唱へたものであります。一方醫學者達は、催眠療法は神經系統の疾病或ひは異狀に對しては有効であるが其他の場合は効能が無いといつて大いに反對論を唱へたのであります。然るに近代に於ては心理學者も醫學者も催眠療法に就いて公平な標準を定め、前に擧げたやうに催眠療法の効果限定するやうになりませんでした。

そして催眠療法は醫學療法と同じく、總ての治療法の中に、一科目として加へる事が最も適當な見方であります。今日進歩した治療法には醫學の藥物療法以外に電氣

五

療法とか光線療法とか、その他多くの理化学療法が発見され應用されてゐるのでありますから、催眠術も心理療法に加へられてゐるのであります。

### 第二章 催眠術で治る病氣の實例

神經衰弱……ヒステリー……不眠症……酒精中毒……神經性心臟病  
……月經不調……交接不能(陰萎)……神經性胃腸病……

前章には催眠術で治る病氣の事を申しましたから、これからさういふ病氣を治す實例を少しく述べて、催眠治療の參考に供する事にいたします。

#### 神經衰弱

神經衰弱、ヒステリー等の病人は、何れも神經が病的に過敏に働いて居りますから催眠術には、何となく不安、恐怖等の觀念を持つて居るものです。それゆゑ病人に對

して施術者は、無催眠暗示で、

「神經衰弱は催眠術で必ず治る病氣です。薬は中々此病氣に効能が無い、醫者も貴下に催眠術を勧めたに相違ないで、醫者が薬を勧めるやうに私が貴下の心に精神力を注ぎ入れますから催眠術で必ず治ります、催眠術は少しも恐ろしいものでも不安心なものでも無い、貴下は只安心して私に任せておけば、心配無く病氣が全快する。」

といふふうにして説明して、被術者に少しも恐れが無いやうに豫期作用を働かせて、前の催眠法の實例の場合と同じく催眠に誘導して行くのであります。

催眠中の所要の暗示は、

「貴下の神經は非常に丈夫になつた。今迄は疲れてゐたけれどももう疲れはすつかり治つた。そして此後はどんなに頭を使つても貴下の神經は疲れない、非常に健康になつた。貴下はこれからいつでも愉快な氣分で活潑に仕事をし、仕事に倦きる

やうな事は決して無い。貴下はどんな困難にも打ち勝つだけの確信が出来た」  
次に、

ヒステリー

ヒステリーや神経衰弱の病人は、催眠中にも時々精神が過敏に働いて、自分には催眠術はかゝらないとか、或は泣き出したり、にやりと笑ひかけたりするものですが、施術者はさういふ事に頓着しないでよろしい。また時として深い状態になると覺ます場合に、一回の覺醒暗示では覺めないやうな事もあるが、施術者は決して狼狽へてはいけない。幾度も覺醒暗示を繰り返してゐるうちに必ず覺めて來ます。

前の神経衰弱の病人と同じやうに、安心して眠つてゐなさへと話し聞かせ、催眠に誘導して、

「貴下は安心して眠つてゐる、その通り安心して、好い氣持に眠つてゐます」

と暗示を與へてゐる中に、時による、被術者はさめく泣き出したり、又は、

「私には眠れどいはれても眠れない」

などといふ事もあります。此場合に施術者は決して狼狽してはいけない。施術者はどこまでも確信をもつて暗示を續けて行くのです。

「安心して居なさい、貴下には能くかゝつてゐる。氣をますます私のいふ言葉を能く聞いておいでなさい」

「貴下はその通り心がおちついて來た。もうその通り安心が出来た。だんく深く眠つて行く。非常に好い氣持です」

といふやうに暗示をついて、

「貴下はかうしてゐる中に、病氣がすっかり治つて了ふ。もう貴下は心も身體もしつかりして、これから物事を苦に病まない。貴下の神経は非常に丈夫になつた」  
等の對症暗示を與へて行くのであります。對症暗示や回復及び覺醒暗示は一例を

一〇  
擧げるまでもなく、前から述べて来てあるから臨機應變の應用を講ずればよろしい。

### 不眠症

△不眠症

不眠症は神經衰弱やヒステリー患者には大抵伴つてゐるもので、甚だしいのになると一晩も眠れずにも夜を明かして了ふ。それほど無くとも、僅か三十分も寝たかと思ふと直ぐ覺めて了つて、また一時間も二時間もどうしても寝られないといふやうな具合で、身體は非常に衰弱して來る。

始めの頃は醫師から催眠薬を貰つて、漸く寢られたといふやうな人も、醫師は催眠薬をさうく用ゐないから（身體に有害なので）遂には毎晩眠れなくなつて了ふやうになります。痛い事には人によると二年も三年も不眠症を病んで、非常に苦しんでゐる事がありますが、催眠治療は能く奏効するものです。前後の催眠法及び覺醒法は、度々説明した通りで、所要の暗示を擧げてみると、

「貴下は今晩からよく熟睡する事が出来る。眠る時間が来て床につくと、貴下の腦神經は静かにおちついて来て、自分で強いて眠らうと思はないでも、自然に氣持よく熟睡して了ふ。そして眠つてからは一層よく貴下の腦神經は鎮まつて、總ての疲勞を回復して了ふ、神氣がおちついてよくねむれるから夢はもう決してみない。翌朝起きる時刻まで何も知らずに、非常に氣持よく睡れます。そして貴下の身體の疲勞はすつかり回復して朝いゝ氣持に眼がさめます」

### 酒精中毒

△酒精中毒

此の例は酒を止めさせ、或は煙草を歩めさせる事にも應用されます。暗示に酒或ひは煙草と置き換へればよいのであるから、酒精中毒者に對する暗示は、「貴下の血の中から酒の毒はすつかり無くなつて了ふ。貴下の酒精中毒は全く治つて了つた。貴下は今日から度々小便が出る、そして酒の毒は皆小便になつて出て了

ふ。酒の毒はすつかりそのために貴下の身體から無くなつて了ふ』

といふ風に與へ、且つ禁酒をさせる必要がありすから、次ぎの暗示を與へる。

「貴下にはこれから決して酒は呑めない。酒の匂いを嗅いでも貴下は非常に氣持が悪くなる。もう貴下には酒は大嫌いになつて了つた」

此の酒を歩めさせる（煙草も同じ）暗示は、初め一二回の如術の際は、前の例のやうに、酒は呑めない、酒の匂ひも嫌になつたといふ風に禁止的に與へるのですが三回目位からは、

「貴下は假令酒の事を思ひ出しても、これからは自分で決して呑まぬといふ確信が出来た。如何なる場合でも酒を呑まぬといふ貴下の意志が非常に強固になつた」

といふ風に酒を呑まぬといふ意志を強くする暗示を繰り返す事が、も大切であります。即ち時として酒の事を思ひ出し、呑んでみたいなといふ氣が起つた場合にもその人の意志は直ちにこれを除けて、誘惑に勝つ可き強い覺悟を作るやうに、意志を強固

にする暗示を與へるのであります。

### 神經性心臟病

△神經性心臟病

神經性心臟の疾には催眠治療は非常に有効です。その一例として心經性心悸亢進の事を述べてみませう、心悸亢進といふのは心臓の動悸が激しくなり脈搏が普通よりも非常に多し、或は不正になるのです。

或學生の事ですが、その男、非常に立派な體格であり、頭腦も明晰で學術はいつも優等でありました。中學を卒業すると海軍兵學校に入學する目的で頻りに勉強してゐた。そして試験期日になつたが、體格で不合格となつて了つたのです。どこにも悪いところの無い立派な體格なのですが、その男は神經性の心悸亢進があつて、試験官の醫師の前に行くとき突然非常に動悸がして來て、脈搏も不正になり急激になるのです。で、其男は熱心にその突然胸悸がして來たので、自分は心臟は悪くないのだと分

疏をしたのですが、試験官はともかくも胸悸のしないやうにならなければ採用する事は出来ないといつて断然不合格にして了解したのでした。

それから其男はその一年間を専ら醫療に費して、心臓の治療をしたけれども、平素は別に異状が無く、只時として發作するので、醫師も治しやうが無く、催眠治療を試みてはどうかといふ事になつたのです。かういふ神経系統から来る異状は催眠治療が最も有効なのであるから、その男は遂に催眠治療によつて發作的の心悸亢進を全治する事が出来たのであります。

暗示例を擧ぐれば、

「貴下の心臓には少しも悪いところは無い。只貴下の神経のために胸悸がして来るので、最早貴下の神経は非常に丈夫になつたから、如何なる場合でも突然胸悸のしてくるやうな事は決してない」

「貴下の精神は非常にしつかりして来た、そして貴下の心臓には少しも異状は無い

のだから、この後突然胸悸のする事は決して無い」

此の外、神経性心臓病には、心臓部に疼痛を覺えたり、胸が壓しつぶされるやうに感じてゐたりするものがありますが、さういふ類は總て催眠術で治す事が出来ます。

### 月經不調

十四歳の冬に初經があつたきり、十六歳の一月まで月經が無かつた。そしてその二回目の月經後から再びまた數個月間月經を見ないといふので、此の若き婦人は非常に苦しんでゐました。

で、この月經閉止の副作用として、非常な恐怖觀念に囚はれ、人に顔を見られるのも恐ろしいといふほどに鬱鬱な人となつて了つたのです。醫師はこれをどうする事も出来ないで、その親達に催眠治療が効があらうと勧めたさうで、治療を乞ひに来たのであります。

暗示例

「お前の身體にはどこにも悪いところはない。かうしてゐる間にすつかり治つて了つた。身體がしつかりしたから今日から三日の間に必ず月經がある」

と暗示を與へ二回施術したのでありますが、彼女はその通り初め施術した日から三日目に月經があつたのであります。此の「三日間の中に月經がある」と暗示を與へたのはどういふ譯かといへば、元來かういふ疾患には機質的に變化があるのであるから精神作用でそれを恢復するまでには多々時日を置く必要があるのであります。

交接不能（陰萎）

△交接不能

交接不能は手淫の過度とか房事過度、或はその場合の發作的恐怖觀念等から起るもので、男女何れにしても交接が苦痛であつたり、快感感覺が脱失したりする疾患です。男子ならば多くは陰萎を起して居つて、全く交接不能に至るのであります。そしてこ

れを治療するには醫藥療法、理化療法等では到底六ヶしいのでありますから、さういふ人々は人生を非常に悲觀して了ひ、氣力は衰へる、仕事は手につかず、遂に激しい神經衰弱、或はヒステリーに一つて、一生不幸に沈淪して了はねばなりません。併し此の疾患の如きも、本人から進んで治療を求めて來る場合には、施術を信頼する心持が強いのであるから、催眠治療の効果は著しいのであります。

暗示例

「貴下の腦神經は非常に健康になつた。心持がしつかりしておらついて來た。それで貴下の今迄の病氣はすつかり治つて了つた。必ず非常に元氣が出て非常に快い」

そして斯ういふ疾患の人には數回乃至十數回に亘つて施術をするのが、最も効果を表はすのであります。

以上のいろ／＼な例は、初學者の參考に留めるもので、此等の催眠療法の例と、前に述べた催眠法の實例とを参照して精讀すれば、催眠術の應用は容易に出來る筈であ



ります。

### 第三章 性癖や悪い習慣を改めしむ

小臆病者の性癖を治す……つまらぬ嘘をいふ癖……遊蕩者の改心……

催眠療法は特殊の病気を治すばかりでなく、その人の生れつきの癖とか、永い間止められない悪習慣等を治し改めしめる事が出来ます。例へば生れつきの臆病者、小臆者とか、子供の時分からどうしたわけか手癖が悪く盗癖があるとか、訥りであるとか或ひはつまらぬ嘘言をいつて喜んでゐる癖とか、多年放蕩無頼の生活に慣れてそれを改める事が出来ない者とか、種々の性癖悪癖を矯正する事が出来るのであります。

然らばどうして催眠術でさういふ性癖や悪癖の矯正が出来るものかといへば、前章に述べた種々の病気が催眠術で治る関係を深く考へてみれば、悪癖とか性癖とかいふものも、やはり人間の精神、脳神経の作用に外ならぬのでありますから、神経系統の

△小臆  
者の性  
癖を治  
す

疾病が治るものなれば、それと同じ理由によつて性癖や悪癖が治る譯であります。で、催眠法及び催眠中の暗示、それから覺醒法は、その手順はいつも同じでありますから、此處にはやはり初學者の参考までに二三の暗示だけを挙げるに止めます。悪癖性癖の矯正も病気の治療も手順は同じであります、只、病氣によつて暗示を代へると同じく性癖悪癖の種類によつて、適當な治療法知正の暗示を與へれば完全なのであります。

### 小臆者 (臆病)

人によると驚ろくほどの事で無いのに大相に吃驚したり、何も恐れるものは無いのに無闇に恐れ怖いたり、少しの事が氣になつて耐らなかつたりするものですが、かういふ人は催眠療法で治すのが一番捷徑です。

暗示例

「貴下は非常に強くなつた。心持がしつかりしてゐて、何を見ても少しも恐れない  
どんな場合でも決して驚かない」

「貴下は脳神線が非常に丈夫になつて、心持がしつかりと胆になつた。もう如何  
なる人の前に出ても臆する事はない。貴下に堂々として人々に應對する事が出来る」  
「貴下はもともと正直な人であるから、正直の頭に神宿るで、少しも恐るゝものは  
無い、貴下の精神はしつかりした」

嘘言

これも妙な癖で、常に何かつまらぬ嘘を云つて面目がつてゐる者がある。それが何  
も罪も科も無い嘘ならば餘り差支はないやうなものゝ、時としては、人の大變迷惑に  
なる嘘をいつてあるく事があるもので、かういふ性癖はどうしても治して了はねばな  
らない。そして催眠術では容易に治す事が出来るのであります。

暗示例

「貴下はこれから非常に立派な心がけが出来た。今迄のやうにつまらぬ嘘などをい  
つて喜んでゐるやうな事は、最早決して出来ない。貴下の心は嘘をいはせない。  
貴下はつまらぬ嘘をいつて人から後指をさされるやうな事は決してない」

遊蕩者

かういふ人に催眠治療をして、従來の悪い習慣を改めさせやうとするには、本人が  
それを治して欲しいと望んで来た場合は、結論結核であります。遊蕩者などは中々そ  
れを治して貰はうなぞと思ふものでなく、治したい氣があれば、自分で治し、改める  
わけであるから、本人から望んで来るやうな場合は殆ど無いので、さういふ人には巧  
妙な手段を用ゐて催眠させるのです。

例へば

「君は催眠術を覚えて見る気はないか。中々面白いものだ。君が催眠術を覚えて、女なぞにかけて見たら、随分面白い事が出来やう」

といふ風に彼の興味を誘つて、それでは教へてくれといふ事になれば、

「よし教へて上げやう。併し教へるには自分でかゝつて経験してみなければならぬ。サア催眠術にかゝつて見給へ」

と漸次に誘導して来て、前に詳しく述べた豫期作用を十分に働かしめ、催眠法を用ゐて、なるべく深い状態に入れて置き、其處で始めて悪癖を正の暗示を與へて行くのです。

暗示例。

「君は非常に能く眠つてゐる。かうしてゐる間に君はもう遊び廻る事が非常に嫌になつて了ふ。友達遊びに誘つても、君は断じて遊びに行かない。君はもう遊女や藝妓は非常に嫌になつて了つた。三味線や唄の聲を聞くと、君の耳には非常に不愉快に響く。どうしても遊ぶ氣は起らない」

といふ正の暗示を與へて仕舞ふのです。それからかういふ場合には、催眠中に與へた此の暗示を覚えてから本人の普通の意識では忘れて仕舞ふやうに忘却の暗示を與へて置く。併し本人の普通の意識には忘れてゐても、殘續暗示といつて腦の中には深く印象してゐるのだから、忘却の暗示を與へてもそれで有効なのです。

忘却の暗示。

「君は眼が覺めてから、僕に何をいはれたかすつかり忘れて居る」

かくて、例の如く回復暗示、覺醒暗示を與へて覺まして來るのですが、覺めてから本人に向つて、

「君は催眠中僕に何をいはれたか覺へてゐるか」

と聞いてみると、

「何だかさつぱり判らない」

といふものです。けれども前にもいふ通り催眠中の暗示は、殘續暗示といつて、いつまでも本人の脳髓には刻みつけられたやうに止つてゐるのであつて、只、忘却暗示のために、本人の普通意識に浮んで来ないまでいあるから、それで立派に奏効します。但しかういふ場合はなるべく深く催眠状態に入れてから、所要の暗示を與へねばなりません。それから翌日にでもなつて本人に試みに聞いてみると、

『どうも僕は不思議に遊び嫌ひになつて了つた。どうも不思議で仕方が無い』

といふやうな事をいふものです。これはいくらも實例のある事で、決して六ヶしい施術でも何でも無い。そしてかうした催眠術の應用を講ずれば、所謂感化事業、教育、宗教等にも効果を示す事が出来るので、不良少年少女の感化、正等には、最も適當なものであります。外國にはさういふ例が澤山ありますが、現在日本に於ても、感化、教育等に催眠術を應用してゐる所が尠く無いのであります。

### 第四章 教育事業に於ける應用

催眠術の應用は修身教育となる……病的兒童に對する催眠術の應用……日本で應用しつゝある學校の實例……病氣に罹るのは其人の耻辱である……心の持方が健康法……家庭に於ける應用法……

前に詳述しました自己催眠法は、精神にも身體にも好果を及ぼすところの、修養法として遺憾無きものでありますから、吾々はこれを自分の修身教育として應用する事が出来ます。

それから上編に述べた多數者催眠法を應用して、修身、信仰、活動、勤勉等の暗示を與へれば、自己催眠を各自に行はなくとも、同様の効果を擧げる事が出来るのであります。

又た催眠術は記憶力の増進を計り、懈怠の性癖を改めしむる等の効果を擧げる事が

△催眠術の應用は修身教育となる

△病的  
兒童に  
對する  
催眠術  
の應用

二六  
出來ますから、これを兒童教育に應用して、生徒の成績を良好にし、精神力を養ひ、品行を修めさせる用を爲すのであります。

學校衛生の主張者ヨハン・ベーター・フランク氏は十八世紀末に於いて、

『病的兒童に對する教育法は、普通の教育法以外に何等か相當の方法を取らねばならない』

といつて、教育者を覺醒したのであります。此の『何等か相當の方法』は然らばどういふものでありませうか。今日教育家は種々苦心されて居る事であらうけれども、その所謂相當な方法を發見したてでありませうか。

ところが催眠術の應用によつては、病的兒童を或は治癒せしめる事も出来る場合もあらうし、またその性癖惡習慣等を改めしめる事も出来るのでありますから、これを教育上に應用したならば、相當の好結果を得るであらうといふ事は、催眠學者の當然考へ附いた問題でありました。

△日本  
で應用  
しつゝ、  
ある學  
校の實  
例

それで一八九二年には佛蘭西のペリルロー博士がこの催眠術を教育に應用すべき事を唱へ初め、次いでヘマー、レクルネター、コリノー、デクロー等の各大家によつて盛んに唱導されますし、また米國に於いてもメーソン、クワツケンボス、ラワー等の諸博士がやはり此の應用法を主張して居るのであります。

東京府下油袋に成蹊實務學校といふ特殊な教育法を行つてゐる學校があります。この學校には小學部から中學部まであつて、最近には女學校をも別に設立して居ります。校長は文學士中村春二氏で、私は曾つて同氏を訪問し、その談話を記して或る雜誌にも掲載しましたが、今その談話を此處に掲げてみませう。中村文學士は、催眠術とはいつて居りませんが、凝念法と名けて、生徒に精神力を充實せしめんとしてゐるので、これは催眠術の應用と見ても差支無い事と思ふのであります。

同氏は私の訪問した際に、四五本の縫針を取り出して、同氏の左の手の甲に、その針をすぶり／＼刺して見せ乍ら、左の如き談話を語られたのであります。

私がかう手に針を刺したところで、痛く無いと思へば決して痛く無い。が、心の持方によつては、他人の刺すのを見てゐても、刺してゐる人よりも、却つて見てゐる人の方がむづ／＼痛いやうな感じがいたしませう。

針を刺せば痛い筈ですが、心の持によつては、痛みも感じなければ少しの血も出ないであります。このくらゐに心をしかと持つ癖についてしまつたら誠に安心なもので、感冒なぞに罹るやうな事は決してありません。

私の學校では、さういふ心の持方を生徒に教へて居ります。先づ世間には流石に感冒にかゝるものが多く、各學校には生徒の缺席者が非常に多かつたやうですが、私の學校には感冒にかゝつて缺席してゐるやうな生徒は殆んど無かつたのであります。

私の學校では、生徒の入學したその日から、毎日の持ち方を練習させます。或は夏の炎天に綿入を着せて坐らせ、暑には違ひないが何このくらゐの熱さに負け

て耐るものかといふ意氣込で熱さに對抗させます。

又、冬の朝、肌を劈くといふやうな寒風の吹く時には、残らず杉舎の窓を明け放つて寒風に對抗させます。これらの寒暑に對抗する事は誠に容易なもので、生徒は苦しまずにやつてをります。

或は特に寒い日には、生徒に着物を脱がせまして、寒風浴を試みさせます。初體で嘸寒いだらうと思はれますが、事實はまるで反對で、裸體になつてゐる者の手と着衣のまゝの者との手に觸つてみると、裸體の者の手の方が遙かに着衣の者よりもぬかいです。

これは何故かといへば裸體の方は寒い外氣のために自衛上ウンと力んでゐて、腹に十分力がいつてゐますから、血液の循環が良くなり、隨つて手先まで温かいのであります。然るに着衣の方は、それほど外氣に抵抗する必要が無いので血のめぐりが悪く、従つて手先も冷たいのであります。

△病氣  
に罹る  
のは人  
の取て  
ある

血液の循環を良くするために、腹に絶えず力を入れてゐる事も、努めて運動する事も必要ではありませんが、そればかりで無く、健康上第一に必要なのは、自分は決して病氣にかゝらぬといふ信念を持つて居る事、朝から晩まで、病氣には決して罹らないと思つてゐなければなりません。

病氣は全く心の油断から来るもので、身體の狀態から来るものではありません。さればどんな軽い病氣にかゝるにしても、その人にはそれだけ心に油断があつたので、大いなる耻辱であります、私の學校では生徒が病氣になると吐りつけます、それで缺席届にも、

小生儀自分の不注意によりて病氣となり、成缺席致候儀誠に申譯これ無く……。

といふやうに書かせる事にしてあります。

實際病氣の原因をなすパチルスは、常に無數に吾々を取り圍んでゐるのでありますから、少しでも心に油断があると忽ち吾々の身中にはいつて其作用を初めます。そ

△心の  
持方が  
健康法

れで絶えず精神を張つて、少しの油断も無いやうにして居らねばなりません。また吾々の精神を無駄な事に向つて浪費せぬやう、即ち精神を過剰させぬやう大事にしてやらねばなりません。例へばお天気だといつて喜ぶのは好いが、雨が降つて來たといつて心を不快にするなども、心のいらざる浪費といふもので、心を常に外物に煩はされず、練々として餘裕あるやうにしてゐる事が、何より大切であります。

病は口よりはいると申す事は全く事實であつて、食事には十分注意せねばなりません。最も大切な事は食事の際の心の持方があります。即ちどんな不味い物を喰べるも美味いと思つて喰べるやうにする事が必要で、若し食事が進まなかつたら一度食事を止めると忽ち食慾が出て、不味いものでも美味しく喰べられるやうになります。

私の學校で先達一週間といふもの、五十人の生徒と一諸に私共は、一食分に食パン半斤づゝ喰べてゐました。そして運動は平素よりも餘計するやうにしました。

初めの一二日はかなり空腹で、生徒も私も困りましたが三日目からは何ともなくなりました。

で、珍味美味に飽きやうとすればいつもそれは逃げて行つて了つて、空腹が最良の御馳走であるといふ事を、此時つく／＼感じたのであります。お菜がまづいとか飯の炊きかたが下手だとかいつて、妻君や下女を叱るやうな心がけでは、本當の健康は得られませぬ。食事に際してはいつもく、うまい／＼と思つて喰べるやうに心がけるのが眞の健康法でありまして、斷食の試みなども時としては必要です。

身軀の健康は各自の心の持方で得られるといふ事を、決して忘れてはなりません。若しも自分が病氣になつたらなぞと思つてもいけませんし、又た自分の子供が病氣

にならねばよいがなぞと考へてもいけないのです。

子供の多い家庭では、毎日一度づゝ、自分は必ず病氣にかゝらないといふ信念を練習させる事が好い。若しまた萬一病氣にかゝつた時には、必ず直ぐ全快するといふ

△家庭  
に於ける  
應用法

信念を強く持たねばなりません。

若し大病の場合にも、若しもの事があつたらと考へたくなつても、決して考へてはなりません。看病人の方も、皆氣を揃へて、乾度全快すると心の底から信じてゐるやうにすれば、人の心といふものは不思議に感じするものでありますから、九死に一生を得ることが屢々あるもので、昔から佛教の祈禱などに不思議な効顯のある事も恂うした譯であります。それゆゑに病氣の場合にも、必ず病に打ち勝つて全快するといふ強い信念が必要であります。

以上は中村校長の談話をなるべく平易に書いたものであります。同氏は催眠術の形式をとつては居りませぬが、その所説を熟考してみれば、催眠術に於ける暗示の心理を十分に應用されてゐる事が解りませう。

予は催眠術そのものをそのまゝの形式で教育上に應用すべしとばかり勧めるものではない、尠くともこの心理作用を何等かの形式方法を用ひて應用したならば、學校教



育のみならず、家庭教育にも非常に良い結果を見る事が出来ること信するのであります。三四

### 第五章 感化事業に於ける應用

不良少年少女の感化……感化院に於ける應用……酒癖の矯正……  
犯罪者を改心せしむ

△不良少年少女の感化

催眠術の應用が、少年少女の性癖とか悪習慣等を正する事が出来る譯は、既に述べました。でその理由からこれを用ゐて所謂不良少年若しくは少女を感化を正する用に充てたならば、確かに著しい効果があるに相違無いのであります。

一瞥、感化事業は思ふやうに成績の擧がらないもので、餘程感化力に富んだ大人格の人によつて經營されるにしても、中々豫期の如き好成绩を得る事は困難であります。不良少年少女の中には先天的、遺傳的に不良な素質をもつて居るものもありません。

し、またそれが後天的に悪い習慣のついでにしまつた者も多いのであります。

そして先天的、遺傳的の者は、常人には比むを得ない性癖で、彼等は決して悪むべきものではなく、誠に不幸な憫むべき者であります。で、その性癖は常人のためにも社會のためにも改めさせねばならぬものでありまけれども、これは容易に正され感化されるものではありません。それから後天的に悪い友達の誘惑とか家庭の紊亂等のために悪癖を養つてしまつた者は、先天的のものと違つて比較的知正し易い筈ですがこれも事實は中々一通りの方法で感化されるものではない。

然るに若し催眠術によつて、彼等を正する事は、普通の方法によるよりも、最も著しい効果を奏するのであります。前の第三章の中に一例を擧げて置きましたが性癖、悪習慣等を知正するには催眠療法が有効であつてそして最も捷徑なのであります。

△感化院に於

外國では種々感化事業に催眠術を應用してゐるのであります。日本に於いても早

くからこれを感化事業に試みた人も尠くない。  
大阪府の經營してゐる感化院では、院長某氏が熱心に催眠術を研究して、これを院  
兒の感化に正に利用し、好結果を示した事は數年以前當時の各新聞紙に報せられたの  
でありました。

東京にても、日本橋區小傳馬町に私立日新小學校といふ特殊な學校があつて、校長  
は箱石孝瑞氏と云ひ、催眠術の研究家であります。此學校は幼稚及び小學校程度の  
教育をして居るのでありますが、別に寄宿制度を設けて、生徒を寄宿せしめ校長が自  
身監督の任にあたつて居り、寄宿生には中學生もあります。

そして殊に不良少年を家庭から托されて預り、これを感化する點に於て特色をもつ  
て居る學校であります。校長は夫等の少年に催眠術を施して、感化正の方法として  
居りますが、其他の小學兒童及び幼稚園兒にも多數者催眠法を行つて、種々有益な訓  
化を施して居るので、此學校は教育上にも感化事業の上からも催眠術を應用してゐる

譯であります。

英、米、佛、瑞西、埃州利、露西亞等、何れも催眠術は種々實用的に用ゐられてゐ  
るさうですが、殊に獨逸の都市には、『酒呑み治療所』といふ設備があつて、酒癖のあ  
るもの、大酒家、酒精中毒者等に、希望によつて催眠術を施し、その飲酒癖を矯正し  
て居るといふ事でありませう。

催眠術の應用は、一面からいへば非常に廣いもので、吾々の一舉一動は悉く精神の  
はたらきでありますから、その精神作用に最も關係の深い催眠術は、人生諸般の方面  
にこれを種々の形式をもつて應用する事が出来るわけでありませう。

で、以上述べて來た應用法から進んで考へてみると、催眠術を用ひて、犯罪者殊に  
常習犯の者などを改心せしむる事が出来るのであります。賭博の常習者の中には、自  
分ではもう決して再び賭博を爲ぬつもりで、確く決したがついその場に行き合せ  
て、また手を出して了つた杯といふのかあつて、自分で止めたいけれども習慣になつ

て止める事が出来ぬやうな者があります。

これは丁度飲酒とか喫煙の習慣のついて了つた者に、自身ではどうかして止めたいと思つてゐても止められないと同じで、此等の人々が催眠治療で意志を強固にし習慣を一擲することが出来るのでありますから、賭博の常習者の如きも、催眠術に於いて容易にその悪習を止める事が出来ます。

かゝる賭博の如き犯罪のみに止らず、すべて或種の犯罪常習者には、盜癖といつたやうな性癖或ひは悪習慣がついてしまつたのでありますから、彼等を單に體刑を加へて罰するといふよりも、何等かの方法をもつてその心理を轉換させ、再び罪を犯さぬやう改善する事が肝要であります。

監獄には教誨師が、日を定めて説教をし、犯罪者を改悛せしめる事に努めては居りますが、それが教誨感化の唯一の方法であるとはいはれない。今日監獄で催眠術の應用せよといふ事を非常に突飛なことのやうに思はれるでせうが、極端に云へば日本の

監獄は罪人を苦しめる場所、歐米の監獄は罪人を悔ひ改めしめる場所であるといふ事が出来るさうでありますから、罪人の懲罰上には、將來種々改善されるものが多いに相違なく、人間の心理作用を巧みに應用する事によつて、科學的に犯罪常習者の改心法が出来ないものではないからうと思ひます。

さて、上來近べて來ましたところは、催眠術が、一に治病法として應用され、また修養法、強健法等として應用する事も出来るし、教育事業にも、感化事業にも既に應用され、また將來應用せらるべきものである事を概いたしたに過ぎませんが、これをもつて催眠術の應用が社會人生に貢獻すべく決して無益でない事が諒解された事と思ふのであります。

### 第六章 千里眼の養成法

千里眼の現象……千里眼の説明……福來博士の潜在精神説……丘博士の

動物精神の奇現象説……吳博士の光線に關する相像説……透視者千鶴  
子は催眠術に屢か、つた經驗があつた……福米博士の實見……長尾郁子  
の千里眼と其實見……催眠術にて千里眼養成の實例

千里も云ひ天眼通もいひ、近頃は一般に透視とか透視とかいつて居る不思議な神現象に就いて、讀者は新聞雜誌等によつて既に恚ういふ事實の在る事を御承知の事と思ひます。

これは吾々の普通感知する事の出来無い密閉した箱の中の物を知るとか、非常に距離のある方の日來事等を居ながらにして覺知する事が出来る、最も特殊な精神現象であります。

先年社會を驚かし、學者達の研究問題となつた故御船千鶴子、故長尾郁子等の實驗によつて、急に不思議な現象として人々の注意を引くやうになつたのであります。

此の千里眼の現象は、催眠術に關係の深いもので、總ての人といふわけには行か

いが、或特別な人には、催眠術を施して透視をさせる事が出来ます。即ち此事から催眠術によつて千里眼を養成する事が出来るといつても、無闇に催眠術を誇大に吹聴する事ではないのであります。これは後に述べます種々の例によつて明かにする事が出来ます。

千里眼の現象に就いては、歐米では早くから認められてゐて、その心理作用に就いても二重人格説が主とされ、佛蘭西のリセー、ビネー氏、米國のシーチース、メーゾン氏等の學者がこれを稱へてゐます。

日本にても、例の千鶴子、郁子の事實から、學者は種々これに説明を加へました。即ち特に催眠術研究家文學博士福米友吉氏は、次のやうにいはれました。

吾々の人格は父母の遺傳と、個人の經驗によつて造り上げたもので、此人格がヒューマン、ネーチュア(人性)の全部ではない。

故に此人格以外に潜在する能力がある。それがメンタル、ポツシビリチー(精神可

能性)である。此事實は精神的方面ばかりでない、身體組織の上にもある。二對も三對も乳を備へた婦人が生れる事がある。

大乘佛教には阿耶識といふものがあつて。其中に無限の種子がある、此の種子が縁に應じて現行したものが、問であると説いてゐる。

其、賴耶識は、人性の根本或ひは意識の本で、種子は潜在神といふのである。故に佛教では大死一番、我一念となれば六神通を現すると説いて居る。即ち我といふ人格を棄てるといふ意味である。

故に透視の事實は、現在の人格を絶對と見てゐるやうな從來の心理學では到底説明の出来やう筈がない。どうしても洋哲學の研究によりて補はねばならぬ要するに從來の心理學は、佛教からいへば小心理學とでもいふべきものであらう。といはれて潜在精神の作用に見て居られるのであるから、前に擧げた蘭米學者の二重人格説と同じ解釋にあたるのであります。また文學博士元良勇次郎氏は、御船千

鶴子の、千里眼に就いて、

千鶴子の透覺可能性は、普通人類の有する機能が特に鋭敏になつて透覺し得るものなるや、或は從來の科學者が未だ認知せざる獨特のものなりや、即ち理外の理なるやは未だ容易に鑑定は出来ざれども、予の思想の傾向は、寧ろ人類の通有性に外ならずと信するのである。

殊に我國のみならず、外國に於いてもこれに類似するものが澤山にある。現に我國にも、眼を閉ぢてゐて顔に品物を載せ、其物の名と形とを判別する人がある。又た外國に於て千鶴子の透覺に最も近いものは、彼のクリスタルグラーザーと稱するもので、硝子、水等の如き光りたる者を注視すると事物がこれに映寫するなどのことである。

といはれ、千里眼の現象も不思議には相違無いが、吾々人間の誰にでもある通有性であると思つて居られるのであります。それから理學博士丘淺次郎氏は、動物の進化説

から次のやうに説かれて居ります。

自分は以前から透覺の事實は有り得べき事として信じて居た。何となれば自分は透覺の事實を聞いて、自分の研究して居る、他の生物に、それと類似した事が澤山あるからである。

一例を挙げると、尾長蜂といふ蜂がある。此蜂は太い木の心にある蟲を、眼で見てもなく、鼻で嗅ぐでもなく、木の外から見出して、それに卵を生みつける。これは自分の實驗した事である。

斯くの如き尾長蜂の能力は、人間の五官では到底知る事が出来ぬ働きで、透覺の事實と甚だよく類似して居る。

又、昆蟲の中には經驗も何も無い一生に一度しかないことを、極めて巧みにするものがある。其一例を挙げると蠟が繭を造る時に、自分の出口を拵へるものがあるけれども、其出口には自分は出られるが、他から這入つて來ることの出来ぬやうに造

る。其造り方は實に巧妙で、誰にか教へられたのではないかと思はれるほどだが、決してさうではない。

學者はこれを動物の本能といつて、別に不思議にも思はないが、唯これを動物の本能のみ云ひ捨て、置くべきことではあるまいと思ふ。仔細に昆蟲を研究してゐると、斯くの如き例はいくらもある、寧ろ昆蟲の大部分は人間の五官で分らぬ別種の精神作用を持つて居る。

是等の生物と同じく人の精神作用も、原始時代にありては今から想像することの出来ぬほど種々の働きをしたものであらうが、人間生存上の必要から五官だけが、發達したのである。

然るにその五官も文明の進歩と共に段々生活が便利となり、生活が便利になるに連れて、それほど五官を鋭敏に働かせなくとも済むやうになつたので、視覺や嗅覺は次第に鈍くなつて來たのである。一言でいへば、人間の感覺は人間の生存に必要で

あるだけ發達したのである。

だから或機會に會つて、此原始時代の精神作用が人間に現はれるのは有り得べき事と信せらるゝ、必ずしも有ると斷言する事は出来ないとしても、無いと斷言する事はなほ更ら出来ぬ。

従つて斯くの如き能力は千鶴子一人のみに限られた事でなく、從來もあつたし、今後もこれに類する五官以外に精神作用を有する人が澤山出て來るだらうと思はれる。

學者はこれに對して先づ各方面から適確なる事實を集める事が第一である。然し心理學で説明しやうとしても、人間の五官のみを基礎とした心理學では解釋することは出来ぬ云々。

と説いて動物學の大家だけに、動物の不思議な精神能力から觀察されてゐる事が、非常に面白いと思はれるのであります。また醫學博士吳秀三氏は、

△吳博士の光線に關する想像

千鶴子に就いての實驗は、何れの方面から見ても、少しも疑ふ餘地はない。要するに全屬なぞに包まれた中の物が何故に見えるのか少しも分らない。或は千鶴子の如く精神を統一すると、一種の不思議な精神現象が表はれて、何か分らぬ光線のやうなものが包んだ物體を透して、目的のものと通するのではあるまいか。

又は透覺しやうと思ふ字から、一種の分らない光線のやうなものが發してそれを感ずるのではあるまいか、何れにしても千鶴子の字を透覺する時は、字が眼に見えるやうになるといふのだから、精神統一の際は餘程視覺の中樞神經が鋭敏になるものと思はれる。勿論見えるといつたところで、視覺がはたらくのではなく、或感覺がはたらいてそれを感じ、然る後視覺の中樞神經が形として見せるのだらうと思ふ。以上のやうに千鶴子の「眼問題の當時」學者達の發表された説は種々であります。これを綜合してみますと、千里眼の如き精神作用は吾々人間に何れも備はつて居

るけれども或る特別な場合でなければ表はれては来ないもの、従つて或る特別な場合には誰にでもかうした不思議な精神作用が表はれるかも知れぬといふ事になります。

千里眼で有名になつた故御船千鶴子は、屢催眠術にかゝつた経験があるので、催眠術と千里眼といふ不思議な精神作用との關係を知る事が出来ますから、千鶴子について彼女の千里眼能力の發程を記すことにいたしませう。

千鶴子は熊本縣宇土郡松合村の士族、御船秀三氏の次女に生れました。千里眼能力の發した當時は年齢二十五歳で一度陸軍中尉の妻となりましたが、都合があつて難縁して、其頃は獨身でありました。

身體は所謂大柄といふ方で、十分に發達し、血色好く、唯耳が達といふことだけが缺點で、其他は健康體であつたのです。

彼女は常に觀世音菩薩を信じ極めて眞面目な人でありました。そして、物事に熱注

なる性質で、注意力が非常に強く、何か或仕事をして居る場合などは、その事に注意を集中してゐて、傍に人が來やうが、物音がしやうが、それに氣附かないやうな事が屢あつたさうであります。

で、此の千鶴子の義兄に清原猛雄といふ、人があつて、此人は明治三十六年頃から催眠術を研究して居りましたが、或時千鶴子の實家の下女に催眠術を施したことがありました。其時千鶴子も、自分に催眠術をかけてくれと希望したので、清原氏は彼女に始めて催眠術を試してみたのであります。非常に感應が良く、深度の催眠状態に這入つたので、それ以來清原氏は千鶴子に屢催眠術を行つてゐたのださうです。

清原氏の談話によると、千鶴子の千里眼能力を表はして來た経路がよくわかるのであります。氏は曰く、

其後日露戦争に際し、陸軍九遭難の報に接した時、同船中に第六師團の兵士某が乗り込んでゐた筈ですから、遭難したであらうかどうかを知るため、千鶴子に催眠術



を施し、千里眼の能力を得たといふ暗示を與へて判断させたのですが、彼女は兵士某は前には常陸丸に乗つてゐたけれども、遭難當時は上陸して居つて、今は長崎に居りますと答へた。そして此事は千鶴子の判断通り正確な事實でありました。明治四十一年七月頃に、或時千鶴子を催眠状態に入らしめて、深呼吸を行ひ無念無想の境界に入れば、如何なる物でも明かに分つて來るといふ千里眼可能の暗示を與へ、それから毎日時間を定めて深呼吸を實行させた。それから十日目の或日、千鶴子が縁側に出て例の通り深呼吸をやつてゐると、庭前の梅の梢に二寸ばかりの蟲がゐるのが見えたといふから、直ぐそれを取調べて見ると何の蟲も見當らないのであつたが、千鶴子は確かに見えたといふので、又能く調べさせて見ると、木の皮の下に一匹の蟲が潜んでゐた。これが動機となつて千鶴子の千里眼は大いに發揮して來た。其年の夏であつた、千鶴子は彼女の友達と海水浴をしてゐる際、誤つて指環を海中

に落した、搜して見たが分らない。此時千鶴子は例の千里眼でこれを見當て、やううと思ひついて、海岸の岩の上に腰をかけて深呼吸を初めてゐると、自分の眼の前十間ばかりの海底に、其指環が見えた。由つて人をやつて捜させると指環は果して海底に埋り、其上に貝殻がかぶさつてゐた。

以上清原氏の談話によれば、千鶴子は初め催眠状態に這入つて、千里眼の能力を表はし、それから同じく催眠状態の中で、

『深呼吸をしてゐれば、必ず千里眼が出来る。』

といふやうな暗示を與へられて、其後は彼女自ら深呼吸を行ふ事になつて自己催眠の状態に這入り、そして千里眼能力を表はした事なのであります。

千鶴子の千里眼能力に就いては、福來博士、今村博士等の實驗があつたのですから千里眼能力の確證として左に福來博士實驗談を摘記して置きます。

第一日。

私が四月（明治四十三年）に千鶴子を親しく訪ふた時には、京都の醫科大學の今村博士と一緒にあつた。初日の實驗には、私が宿で直ぐ作った錫箔を二つの異つた形に作り、不透明のカードで綴じたのを密封し、手を觸れないで見つけてくれといつたところが、千鶴子の見たのは三角形と四角形のものど云つたが、それは相違してゐた尤も相違したのは仔細がある、當人は近頃性質が臆病で、始めて私共に直接實驗されたのを非常に怖れてゐたからである。

そこで初めから當人をいぢめてはいけぬと思ひ、態と當家にある錫の茶壺を借り猛雄氏から五十名借りた名刺の中で一枚を抜いて茶壺に入れ千鶴子に渡した。千鶴子はそれを膝に載せて五分間ほど眼を閉ち精神を凝らしてゐたが、やがて『此中には大島忠九郎と云ふ名刺が入つてゐる』といつた。中を調べて見ると果してその通りであつた。

次には今村博士が京都から持參された二重の木箱に、天鵝絨で包んである文字の

書いてある紙片を入れて見せたところが、又例によつて怖氣でも生じたものかいくら精神を凝らしても分らないといつた。

### 第二日

予は又前日の如く猛雄氏より四五十枚の名刺を借り、其中の一枚を二枚の紙に包み例の錫の茶壺に入れて千鶴子に渡した。

四分間ばかり瞑目凝思の後ち、木寺享重の名刺だと答へた。其次には七分二十五秒を要して串山寛次と正確に答へた。ところが木寺享重の享は亨の間違ひなのであつた。

### 第三日

此日は某氏の別荘を實驗場に充てた、予は同家にあつた蛇紋石で造つたパイプ入に名刺を入れて見せたが、松山喜一郎の名刺だと正確に答へた。

次ぎには第一日の終りに不成功であつた今村博士持參の木箱に名刺を入れて、それ

をブリキ罐の中に入れて當てさせた。勿論千鶴子には知らせなかつたのであつた。斯くして例の如く精神を凝らすこと十三分四十二秒ばかりであつたが、憤然會座の井芹校長（猛雄氏の友人で熊本中學校々長）に向ひ「貴殿は私をだましたではありませんか、此罐の中には此間失敗した木箱がはいつてゐる、それだからやはりわかりませんと云つて鐘を投げ出したから、居合せた人は一時呆氣にとられてゐた。」

第四日。第五日。

第四日目の實驗は、悉く無事に適中し、第五日目には、最後の實驗として、千字文の中から宿の人達に五十字を擇り出して、五字宛で一枚に書かせ、三字目のところから折つて茶壺に入れ、今村博士がそれを綿に包んで當てさせたが、悉く的中した。其次には予の宿の主人を頼んで、墓口の中に勝手 錢を入れて當てさせたところ、十錢銀貨が三つ、二錢銅貨が一つ、一錢が一つと正確に當てた。

右のやうに福來博士は千鶴子を訪ふて實驗されましたが、此外に京都でも、東京で

△長尾 郁子の 千里眼 と其實

も、同じく千鶴子についてゐる／＼の實驗を爲し、其れを發表されて居るのであります。

で、千鶴子には彼女の精神作用で、或る場合には間違ふ事があり、多くの場合は正確に千里眼能力が發揮されたことが判ります。

千鶴子の千里眼が世を驚かしてから、諸方に千里眼能力者が表はれたのも、心理的に面白い現象なのであります。その中で學者達の正確な實驗を爲したものは丸龜市の長尾郁子でありました。

長尾郁子は、川縣丸龜市北平山町、丸龜區裁判所判事長尾與吉氏の夫人で、性來非常に、仰心が深く、第一には天照皇太神を信じ、又た觀世音、不動明王等をも信仰して居りました。

其上に、千鶴子に性質の似てゐる事は、何事にも熱注し易く、千鶴子の千里眼能力が世に知れ渡つた時に、自分にも心がけ次第で千鶴子位の能力は表はすことも出来る

に相違ないと確く信じ、そして熱心に千里眼養成の練習をして居つたさうであります。遂に郁子の確信した通りに千里眼能力を發揮する事が出来るやうになつたのであります。

郁子に就いても種々の實驗が行はれましたが、その中で明治四十三年十一月十一日には福來、今村兩博士、高松赤十字社病院長、大河内醫學士、催眠術家小野福半氏其他の有志者が立會の上、種々の實驗を爲したのであります。

#### 第一の實驗

福來博士は別室にて白紙半分に『水天吉』の三字を自書し、それを十六に折り重ねて、東京から持参した紫檀製の巻簾入に入れて郁子に手渡しした。

郁子はそれを受け取ると直ちに室外に出で、口を噉ぎ二三回深呼吸をして、實驗者列坐の前に端坐して合掌し、六分二十秒の後、『此中の文字は水天吉の三字である。』と明瞭に答へた。

#### 第二の實驗

今村博士は別室にて何か書いて前回の方法によつて、郁子に渡した。郁子は型の如く精神統一を計りたる後、此箱の中にあるのは三吾木の三字であります」と明答した。そこで蓋を開けて見ると、果して『三吾木』の三字であつた。

#### 第三の實驗

大河内醫學士も亦別室にて何か認めたるものを持つて来て、郁子に渡した。郁子はそれを自分の直ぐ側に置かず、約二間計り隔つた大河内醫學士の膝の上に置き直し暫時にして『赤十字社の四字が記されてあります』と答へ、果してその通りであつた。

#### 第四の實驗

福來博士は田板眼科病院の暗室内にて新らしき二號活字二百個中より三個を取り上げ、それを名刺形の紙に押し、其場にて幾重にも包み、錫製の茶壺に入れて透視せ

しめた。

六分二十秒にして、『二估足』の三字であると答へた。依りて直ちに検め見たるに實際は『二仕足』の三字で一字だけ間違つた。

#### 第五の實驗。

今村博士は、豫て京都帝國大學にて、博士の助手某醫學士に命じて、千字文の中から任意に三字づつ、長さ四寸幅三寸位の厚い洋紙に抜き書きさせ、これを八つに折つてピンにて堅く留めたもの五十個を作らせて持参した。

實驗に先つて、博士はその中の一個を郁子に示して、『今度はこれを透視して貰ひます』といつて、自分は直ぐさま玄關の二疊に往き、其品は帽子に挿んで置いて別の一個を例の錫製の茶壺に入れて實驗室に来て机の上に置いた。

郁子は例の如く透に着手した。暫くして郁子は、今回は何分實驗物が澤山見えてそれがフワ／＼と動くのでどうしても要領を得る事が出来ない。數は四十七個許り

あるといふことは判然したけれども、其他は判然しないといふ事であつたから、此實驗はこれにて止めることにして次の實驗に移つた。

催眠術家小野福平氏は次ぎの六疊の間に往き、『福今長』の三字を白紙半枚に認めこれを例の茶壺に入れ實驗室に来て机の上に置いた。

暫時にして郁子は、『此中にある文字は人の姓である、福の字は判然と見ゆれども他の二字は判然しない。それは二文字の上に、別に『特帳使』といふ文字が印はれてそれが邪魔をするからであるといふ事であつた。依て此實驗も要領を得られぬものであるとして中止し、福來博士の一行は丸龜停車場へと向つた。

此處で發車時刻を待つてゐる中、今村博士は偶々自分の冠つてゐる帽子を見ると裏に郁子に示した一個の實驗物が挟まつてゐる。

若しやと思つて開封してみると、驚くべし其中の文字は、小野氏實驗の際に現はれた『特帳使』の三字である又、今村博士は五十個と思つた實驗も能く考へて見ると

其内の三個は取り残して置いて、長尾家に持参したのは四十七個であつた事が分つた。

六〇

四十三年十二月二十七日、福來博士は寫眞の種板を、黒色の厚紙二枚にて幾重にも包み、更らに種板を入れるボール箱に入れ、猶ほ博士の特別に製せしめたるニツケル製の箱に納め、其上に墨にて丸形の印を記せし紙を添へ、これを郁子と二間はかり隔りたる八畳間に居る博士自身の膝の上に置き、右の種板に觀念が影響するや否やを試みた。

郁子は例の如く精神統一の上、確かに反響したと確答した。因つて右の種板を現象したるに、丸形の印に歴然として顯れた。猶其他の方法にて同一の實驗を三回は反覆したるに、三回ともに確實なる結果を得たのである。

子の知人に、三吉君といふ催眠術研究者がある。此の三吉君は催眠術を種々に應用し、或ひに催眠療法によつて治病を癖を行ひ、また多人數催眠法等を行つて居られ

△催眠術にて  
千里眼  
養成の  
實例

たが同君は或時同君の夫人に催眠術をして、千里眼能力を養成した實驗があり、これにつき三吉君は次の如く話されたことがある。

大正三年七月中の事です。予の一人威彦(一才)を母の里に預けにやるので、予の妹に托し下女をつけて大阪川口を午前八時半の汽船で出帆せしめたのです。そして下女だけは阿波小松島港に着いたら、引返して歸つて来る事になつて居りました。

汽船が出た日の午後六時半頃、予は汽船が最早小松島港に着いた頃と思ひ、予の妻を一分三十秒にて催眠せしめて、

「お前には天眼通が出来る。」

と暗示を與へて、妻に天眼通の能力を得たと信せしめて、

「威彦を見て来い。」

と命ずると、稍暫らく(五十秒ほど)して、

「汽船は無事に小松島につきました。荷物の行李が見當らないので、ボーイに探さ

せてゐますが見つからないで困つて居ります。」

「といふ、子は、」

「お前には其の行李の在る場所が解る筈だ、何處に在るか見てくれ。」

「荷物の所在を探させますと、」

「彼の荷物は徳島上陸の荷物の中に、間違つて積んであるのです。下積みになつて居るから探しても解らないのです。」

「と眼明に見るやうに答へるのでした。それから更らに子は、荷物が受取れなくて嘸妹は困つてゐるだらうがどう處置をするかと思つて、」

「お前、も一度妹はどうしたか見て来てくれ。」

「といひつけますと、今度は、」

「どうしても荷物が解らないので、合札をボーイに渡して、徳島で見當つたら、鐵道便で荷物を石井驛まで送つてくれるやうに頼んで上陸しました。」

「といふのです。で、それだけで覺醒させましたが、翌日午前八時半頃、再び妻を催眠せしめ」

「下女はどうしたか見て来い。」

「といふと、」

「今、川口に上陸してゐますから九時半か十時頃には歸つて来るでせう。」

「といふので子は九時半まで待つて居たが、遂に歸つて来ないので、果して昨日からの總てが事實なのかどうか判断も出來ず、そのまゝ用で出掛けて電車を梅田で降りると、其處に下女が駆け出して来て、」

「旦那はん、只今戻りました。」

「といひ、小松島で荷物が受取れないので困りましたといふから、さては事實だなと思ひながら、子は、」

「荷物の事は解つたこれくらう。」

といふと、下女は眼を圓くして驚き、その通りですといつて、妹から電報で知らして来たのですかと聞くのでした。

その夜宅に歸つて、九時前後、又た妻を催眠状態に入れ、

『荷物はどうしたか見て来い。』

といふと、徳島から朝の二番列車に積み込んで、石井に住んでゐる予の長兄が受取つて、客居町（乳母の住所）に行き、長兄は乳母の家で話しこんでゐるといふのです。

『威彦はどうしてゐるか。』

と聞いてみますと、

『どうしても乳につかず泣いてゐて皆困つて居ります。』

といふ事でした。その夜はそれだけにして覺醒させ、翌日午後八時半頃に、又も妻を催眠せしめ、子供の事を聞くこと、

『午後三時頃までは泣き通してゐましたが、それから乳を呑み初めておとなしくなりました。』

といふのです。妹はいつ歸つて来るかと聞いてみますと、

『明日の朝立つといつてゐます。』

と答へた。

で、その夜もそれだけで覺醒せしめ、翌日又もや妻を催眠せしめて妹の事を聞くと客があつて二日出立が後れたとの事でした。

翌日にまた催眠させて聞いてみると、妹は無事に川口に上陸したといふので、予は子供の安否を早く聞きたいと思ひ、妹の来るのを心待ちにしてゐたが、遂にその日も来ず、翌日も来ない。その翌日午前七時に二十秒ほどの催眠をせしめ、妹のことを聞いてみますと、妻は

『歸つて来てゐるけれど、暫らく家を明けたから、いろく忙しくつて來られないの



です。』  
と答へた。

予はその日の晝食時に、自分の會の本部で、一同に此事を話し、事實が適合したりせなかつたりするといつてゐると、事務員の一人が、併し試みに妹さんのお宅に聞きにやつてみたらどうですといふので、それから使を出してみると、果然妹は予の妻が催眠中に云つた通り、三日前に歸宅してゐたが、良人と二人きりのところを自分が留守にしてゐたので、種々多忙でつい行かれなかつた、今晚は必ず伺ひますとの事に、一同は餘りの意外に吃驚したのです。

其夜、妹は約束の如く予の自宅を訪れて來たが、いろ／＼聞いてみると、妻が催眠中に答へた事柄は、悉く事實でありました。

右の如く三吉君の實驗では、催眠術によつて、千里眼能力を養成してゐるのであり前に千鶴子について記したやうに、千鶴子の千里眼能力も催眠術によつて發揮された

△催眠術は有効無害である

のであります。故に、千里眼の如き不思議な精神作用も特殊な性格者に對しては、催眠術にてこれを發揮せしむる事が出来ること見なければならぬのであります。

### 第七章 催眠術取締法について

催眠術は有効無害である……催眠術濫用の取締……催眠治療は無免許醫業では無い

催眠術は無害である事は前にも申し述べました、只に何等の害が無いばかりで無くこれが應用は人生のため種々有益な結果を與へる事も、上來各方面から述べてまゐりました。

催眠術の大家、獨逸ミュンヘンのドクトル、レーウキンヘルド氏は、

予は十二年間以上催眠状態の治療的應用に就いて自ら經驗するところによれば、催眠術により有害の結果を生じたること無し。

と云つてをります。又た佛蘭西のリボー氏も、

予は三十年間實驗の結果として、實に心理治療矯正ほど有効無害なる療法無し。

と明言して居ります。それゆゑに催眠術は、最も忠實に眞面目にこれを應用する上には斷じて有害なことは無いのであります。併し前にもいつたやうに、施術者の忠實と徳義心を缺いて、これを悪用し濫用する事は、例へば醫師が藥物を害用するやうなもので、斷じて禁じなければならぬ。で、予は前にも堅く斷つたやうに、催眠術はこれを悪用する目的をもつてすれば、施術は到底出来るもので無いと明言して置く次第であります。

催眠術の取締法については、醫師のみに行はしめるとか、或は普通一般に施術を許しても醫師の立會を要すべきものであるとか、いろいろの議論がありますが、目下我國にては、警察犯處罰令の中に一項を加へてゐるだけであります。

即ち明治四十一年九月三十日 警察犯處罰令を發して、其第二條中に、

△催眠術濫用の取締

濫りに催眠術を施したる者は三十日未満の拘留又は二十圓未満の科料に處す。

といふやうに規定されて居るので、これは濫用者、悪用者を取締る趣意であります。それから催眠療法を行ふことは、疾病を治療する事が出来るのであるから、これは醫業の範圍に屬すべきもので、醫師の免狀の無い者ならば、恰も無免許にて醫業を爲すに等しい、で、さういふ場合は無免許醫として處罰すべきものであるといふ醫界の問題も起つた事がありますが、これは當局者の採用するところとならなかつたのであります。

前の警保局長古賀廉造博士の如きは、法律上の見解から、催眠療法は醫師法によるべき醫業では無く、従つて催眠療法は現行法律上何等抵觸するところは無いとの意見を發表された事があります。

又た宮崎縣で、催眠術者を無免許醫業であるといつて醫師會から告發した事がありますが、裁判の結果は、催眠治療は法律上醫業とは認めないといふので、醫師會の敗

△催眠治療は無免許醫業では無い

訴に期したのであります。

予は、催眠療法は醫術、業試験の科目に加ふ可きものであると思ひます。醫師としては催眠術に關する大體の智識だけでも持たねばならぬ事は、職業の性質から考へて當然であると思ふ。苟くも心理作用の研究、精神療法的知識を缺いてゐるやうでは完全な醫術を行ふことは出来ないといつて差支無いと思ふのであります。

醫士寺田豊作氏は「病の數は澤山あるけれどもその中で藥で治る病氣は、僅かに急性リョウマチス、マラリヤ熱、微毒くらゐなもので他の病氣に對しては何等の特效も無いのである、つまり藥で治らぬのである。醫者が藥を盛るのは病氣そのものに對してははなくその病氣の経過中に動もすれば起り易い危険症を豫防するためともう一つは患者を安心させるためである、凡て病氣は一定の経過があるから藥は吞まなくとも自然に任して置いて治るものは早晚治る」といつて居るから藥療法で如何なる病氣でも治るといふやうな妄説を打破して居ります。

また醫博士石川貞吉氏は「近年理化學的療法の進歩せるに際し、精神療法を以て殆んど無意味のものとなすは現代の最悪なる流弊なり、疾病によりて理化學的療法が主効を奏して治癒する場合極めて多きが如く、精神療法によらざれば奏効し得ざる場合も亦尠からざるなり、特に何れの理化學的療法を施すに際しても狂者ならぬ人間を處理する以上は、常に精神療法を伴ふものなり。藥物に配するに調味、苦痛に對する慰藉、皆是なり。故に精神療法は他の理化學的療法と共に行はれて嚴格に區別するを得ず、即ち疾患の處置に理化學的療法を缺きたる場合こそあれ、精神療法を缺くの場合は殆んど一もこれなしといふ可きなり云々。」

以上の如く醫學者のいふやうに、醫術に精神療法の必要ある事は多言を要しない事でありませぬ。

# 催眠術篇

大日本心霊學院編

## 下編 催眠術の原理

### 第一章 催眠術の歴史

精神療法の起原……太古時代……中世時代……加持祈等の真相……十八世紀に於ける動物電気、動物磁氣説の誤謬……現代及び將來……

催眠術といふ言葉は、英語の Hypnotism といふのを譯したもので、譯語は適當でない。催眠術といふ文字通りに解釋すると、「眠りを催す術」といふ事になります。前にもいつた通り催眠術は只眠りを催す術ではありません。催眠術とは暗示を感應せし

むる法である。』と曩に申しました通り、「感應術」といつてもよろしい。又た催眠術學者の文學士村上辰午氏はこれを「注意術」と名づけて催眠術は人の注意作用を集中するものであるから注意術といつた方が好いといつて居ります。

要するに催眠術は人の精神作用によつて、心にも身體にも感應を與へて、その應片が治病法、或ひは正法となつたものでありますから、催眠術はいふまでもなく一面に於て精神療法であります。

精神療法といふ名稱は近頃出來たのであります。人間の精神作用を利用して病氣を治すといふことは、極く古いから行はれて居つた事で、只今の世の中に研究され進歩してゐるいろいろの治療法の先祖、元祖のやうなものであります。それゆゑに人間は極く古い昔しでも、只今の世の中でも、世に到るところ、野蠻人でも文明人でもどういふ方法かにて精神療法は行はれて居るのであります。

古代にありては、(今日でも太古の如き野蠻人の中には同じです。)病氣は、神様とか

或ひは悪魔とか、人間を罰するのだとか、人に取り憑くのだとか思はれて居りました。祈禱とか禁厭とかさういふ方法を行つて病氣を治してゐたのであります。

さうしてかういふ觀念は、祈禱とか禁厭をするもの、心に一種の有力な精神作用を起しますから、精神療法として多少の効果があつた事に違ひ無いのであります。

精神療法の最初のある形式は、古代希臘、埃及、支那及び日本に於ても行はれて居つたものです。基督教のバプイルに記されてゐるいろいろの奇蹟の如きも祈禱とか其他いろ／＼な禁厭法の如きも、今日の催眠術を以て説明しなければ、その原理が容易く解り悪いものであります。

日本に於ける太古時代、即ち神代史は、今日詳細に知る事は出來ませぬが、大國主尊と少彥名尊と共力して蒼生畜産のために禁厭、醫藥の法を行つたとあります。そしてかういふ事は、いづれも精神療法の起源が、太古時代にあることを證據立て、居るのであります。

中世時代に至つていろいろの藥物療法又は外科的療法が次第に發達しましたが、醫學は猶幼稚なもので、所謂草根木皮を唯一の藥物とし、今日のやうに化學、物理、生理、解剖等の知識が發達しなかつたのでありますから、藥物療法よりも精神療法の方が盛んに行はれたのであつた。今日とはまるで反對に、藥物療法は精神療法の一助として用ゐられてゐたやうに思はれます。そして精神療法といつても、今日のやうなものでは無く、單純素朴な信仰に於て行はれてたのでありますから、從つて宗教の盛んな時代には精神療法が隆盛になつて、加持祈禱といふやうな事や、禁厭や、占筮といふやうな事が盛んに行はれたのであります。十六世紀頃には、希臘、羅馬などの宗教が盛んに精神療法を行つたといふ事でありませう。日本に於いても、奈良朝、平安朝時代には、一種の佛教的祈禱療法が非常に盛んでありました。

平安朝時代に空海上人即ち弘法大師によりて啓發された日本の眞言宗で説くところの加持祈禱といふ事は、今日の一般世人が云ひ習ひになつてゐるやうな、淺薄な意味

味のものではなく、極めて深い哲學的の意味が含まれてゐるのであります。祈禱といふ事は神佛に祈願を籠める事でありませう。加持といふ事になると、もう少し複雑した意味があります。

即ち加持とは『加はるもの』を『持つ』といふ意味で、その『加はる』といふのは眞言宗の本尊大日如來の、絶對の方が吾々の心身の上に『加はる』といふ事で、『持つ』といふのは吾々に加へられた大日如來の力をそのまゝ、吾々がしつかりと受け、保持するといふ意味であつて、即ち吾々の小さい心身の上に、大日如來といふ絶對のものの大なる力を『加へ持つ』のであります。

例へば大日如來を月にたとふれば、吾々は水であつて月の影が水に映つた姿、それが大日如來と吾々との加持の關係であります。そして眞言宗でいふ大日如來といふのは宇宙の本體を人格化したものでありますから、大日如來と吾々との關係は、吾々が宇宙の本體に包擁せられた形で、これが眞言加持の眞意味であります。

これを若し催眠術に於て説明すれば、大日如來は催眠施術者の位置であり、吾々信者は即ち被術者の立場であつて、大日如來と信者との『加持』の關係は、催眠術に於ける施術者と被術者のラツポー (Rapport 相互關係) なのであります。

さういふありさまで、催眠術といふ名稱こそ無いが、中世時代にはかなり、廣く行はれてゐたもので、十七世紀の中頃には英吉利の軍人でバレンタン、グレットレーキスといふ人が、神の感應を得たと稱して、只手を濁れただけでいろ／＼の病氣を治した事蹟がありまた、瑞西にデヨンシヨセス、カスネルといふ人があつて、これも亦神の感應によるといつて種々の病氣を治したといふ事は有名なものであります。

十八世紀の初めに伊太利の醫學者ガルバニアといふ人は、動物電氣説といふ事を唱へて、電氣を以てあらゆる生活現象の根源であるとなし、人の生命は腦髓の中で電氣を起し、その電流が神經組織によつて全身に傳はるのだといひ、此の電氣説は更に多くの學者によつて研究されブッフ氏は、生活體の刺戟性及び感覺は此の電氣が

根源であるといひ、ブランヂス氏は此電氣こそ生活力であると考へ、フンボルト氏はこの電氣こそ神經作用の基く所であると爲し、リッター氏は此の電氣こそ自然に於ける有機無機兩界を支配するものであるとし、ブロカス氏は此電氣こそ生活現象の定律と一致するものであると見做したのでありますが、それ等は何れも學界の一時の問題にはなつたのでありますけれども皆誤謬であつたのであります。

十八世紀の中頃になつて埃地利の醫師メスメル氏は、動物磁氣説といふ事を唱へ出しました。メスメル氏は三十四歳の時に、『星座の人身に及ぼす影響』と題する論文を發表し、次いで磁氣が治療上に効果のある事につき、研究を進めて、その結果磁氣は磁石の中のみにあるものではなくて、これに類似する力は萬物の中に存し、その力はエーテルの如く宇宙間に瀰漫して居つて、天體の運行から地球上の森羅萬象に至るまで、總ての方則を支配し、且つ此の力は人間に於ては、身體の各部殊に神經系統の中に働いて、物體の性質、重量、凝集性、興奮性等を支配するものだと言明しました。

八  
そしてメスメル氏は更に進んで此力を應用して人間の病氣を治療せんと企て、研究の結果、磁氣は人と人との間に一種の神秘力を媒介するものであるといつて、病人に對し自己の神秘力を通じ感應せしむれば治療の効を奏すと説き、催眠術を工風して、催眠術は總て動物磁氣の作用であると主張し、盛んに催眠術を行つたのであります。然るにメスメル氏は、そのために當時の學界から非常な攻撃を受けて、故郷維納を放逐されるといふ悲境に陥りましたが、其後同氏は佛蘭西の巴里に移つて千七百七十九年に二十七箇條の論文を發表し、極力催眠現象を動物磁氣として説明したのであります。で、そのために巴里でも醫學界から非常に迫害されたのであります。そしてメスメル氏の動物磁氣説は、ガルバニア氏の動物電氣説と同じくその根本的の誤謬であつた事は、諸學者の一致するところで、止むを得ぬのであります。併し乍ら催眠術はメスメル氏のために科學的研究を進める事になつたので、その効勞を表はすために催眠術は初めにメスメルズムといつて居つたのであります。千八百四十二年に

至り、英吉利のブレード氏によりて、メスメルズムをヒプノチズムと改める事になつたのであります。

十九世紀に於ては諸般の科學的醫學が勃興した結果、診斷がかなりに的確となり、局所治療が精巧となり、藥物は發見に亞ぐに發明を以つてして、その奏効も著しくなるに従つて、催眠術又は古來から傳つた精神療法の如きは、迂遠の事のやうに思はれて、一時學界から閑却されてゐたのであります。

併しその間にあつても、篤學の人によつて着々研究を進められ、即ちナンシー派のリーポルド氏及びビシャルコー氏の二人の如きは、催眠學者として熱心に研究を進めて居りました。リーポルド氏は病氣は一種の觀念によつて成立すると唱へ出したから、催眠術は長足の進歩をして、ベルンハイム氏、レーウエン・ルド氏、チーヘン氏等が相前後して、學術的に研究の歩を進め、催眠術の學理を心理學に基礎を定むる事となつたのであります。現代では前記の人々の外に、獨逸のフォーレル氏、モール氏、フ



オークド氏、ベルンハイム氏、佛蘭西のビネー氏、英吉利のブレード氏及び米國のシ  
ーチース氏等が歐米に於ける有名な催眠學者であります。

催眠術の現在には以上記述しました歴史を経て來て、今日心理學として研究され、そ  
の應用は治療法として認められてゐるのでありますが、更らに將來に於て一層發達す  
べき事は吾人の信じて疑はざる所であります。

### 第二章 催眠術の根據

心理學と催眠術との關係……宇宙間に遍滿する靈妙な精神現象……最下等  
動物の精神活動……人間と動物との精神の相違……變態心理學の研究  
一般に行はるる精神療法……催眠術の科學的研究

前章には催眠術の歴史を述べ、昔から世界の國々に今日の催眠術に似た一種の精神  
療法があつたけれども、その根據は學術的のものでは無く、人の精神の靈妙な作用が

△心理學と催眠術との關係

自然種々に表はれたものに過ぎないのであります。

然るに今日の催眠術の根據は、精神科學として發達した心理學の上にあるので、此  
の心理學によつて研究された人類精神の狀態、精神と肉體との關係等の學理を應用し  
て出來たものが、催眠術といはれて居るのであります。それ故に催眠術の根本原理を  
十分に理解するには、心理學の研究から始めねばならぬのであります。本書にはな  
るべく解り易く催眠心理を説明する程度に止め、心理學の委しい解説には亘りませぬ  
要するに心理學は、精神を研究して行く學問であります。他の物質を研究して行  
く學問即ち物質科學に於て、未だ解決されないものが夥しいと同じく、心理學に於て  
も亦未解決の問題が多いのであります。そして精神と物質との關係が古く考へられて  
居つたやうに二つに明瞭區別されるものではなく、従つて心理學と他の學問との間に  
も密接な關係が結ばれて居るのであります。精神とは如何なるものであるかといふ事  
については、種々様々に説明されて來ましたが、物質を離れて精神のみを認める事は

出来ないので、今日に於ても精神は神経組織の生理的活動であると稱する學者もありませんが、近世最も進歩せる経験心理學に於ては、精神といふものを神経組織といふが如き人體の一部分に限つて存在するものでなく、全體の活動そのものが精神であるといふ事になつて居ります。

で、古い二元論のやうな精神と物質とを引き離して考へる、事は出来ないのでありますから、心理學は精神を研究する學問であるといつても、それは便宜上心理學に定義を與へるに過ぎない事で、心理學の研究する範圍を單に精神を研究するといふよりは少し廣く考へねばならない。従つて此の心理學の上に根據を置く催眠術の學理も單に精神作用を主として研究するのではなく、人間の精神と肉體の相關即ち心身不離の關係によりて説明する可きものであります。

今日の科學では、生物と無生物、有機物と無機物との區別が不離密接のものとなつて來たのでありますから、精神といふものは人類にのみ限られた現象ではない。吾々

の生命を離れて精神無しとすれば、すべての動物の生命にも精神が伴ひ、すべての植物の生命にも亦精神が伴つて居なければならぬので、其他のあらゆる有機物、無機物、生物、無生物のすべてに亘つて、その活動のあるところには精神現象を認めねばならぬのであります。

近世科學智識の進歩は、宇宙全體を有機物として認めて居るのでありますから、宇宙の活動は即ち宇宙精神の表はれといはねばならぬのであります。

それ故に廣い意味に於ける精神といふものは、宇宙間に至らぬ隅無く遍満して居る靈妙な力であつて、物體の引力も、重力も、化學的作用も、電気力も、磁氣力も同化力も、自動力も、または光りといひ、熱といふも悉くこれを總括して精神現象といふ可きものであります。

吾等人類は自ら萬物の靈長と稱してゐるやうに、他の動物に比べて比較的高等な精神活動をして居ります。併し高等とか下等とかいふ事は比較して定めるもので、大き

な宇宙からこれを見れば、その比較の差は殆んど極少のものに過ぎない。故に、前にもいつたやうに吾々人間に精神活動があると同じく、下等動物の精神活動に就て種々學者の研究が發表されてあります。

最も面白いのは米國のジエンニングスといふ學者が、顯微鏡でなければ見られないアミーバと同一程度の最下等動物、草履蟲に就いて實驗された報告であります。

それは此の草履蟲に有害な強い光りとか、強い熱とかを一方から與へて、顯微鏡検査をしてゐると、夫等の最下等動物が、自分に對する有害物から被害を受けぬやうに大騒ぎをして逃げ廻るのであります。そして大騒ぎをして逃げ廻つてゐるうちに、却つて方向を誤つて有害物に接し死を遂げるものもあるけれども、中には逃げ終る事が出来るものもあつてあります。

併し乍ら、さうして同じ刺戟を逃げ終つた草履蟲に就いて幾度繰り返して與へて見ても、逃げ廻るについて少しも工夫といふものが無く、大抵は一定した徑路を動く

ものであつて、高等動物のやうに經驗と推し作用とが伴はないのであります。それから記憶があるかと申しますに、これもやはり何度試みても同じやうな逃げ方をしてゐて、新しい工夫がないのでありますから、即ち精神活動はあつても、吾々人間のやうに記憶作用は全く認められないのであります。

以上は最下等動物の例でありますが、これが幾度か高等になつて、下等動物と吾々人類の中間の動物になると、却つて驚くべきことは人類よりも優れた作用を有して居るのであります。それは次に擧ぐる犬に就いての學者の實驗の如き例であります。

ローマーネスといふ學者の報告によりますと、十一人の人々が一列に並び、ローマーネス氏の踏んで行く足跡を、みんなしてあとからあとから順々に踏み乍ら進んで行き、十二人目にはいつもローマーネス氏の愛犬の世話をしてゐる雇人を進ませて、百間ばかり行き、ローマーネス氏とそれに續く十人が左へ行き、後の六人が右に行きまして、ローマーネス氏の愛犬にローマーネス氏のあとを追はせますと、ちやんとローマーネス氏の足

跡を嗅ぎわけて走つて来たのであります。

此のローマーネス氏の足跡は、多くの人々が踏んで行つたので匂ひが錯雑してゐる上に、最後に踏んでゐるのは犬を世話する雇人の足跡でありますから、随分迷ひ易いのであります。犬は鋭い嗅覺を以て嗅ぎ分けるのであります。これは犬の嗅覺が非常に發達してゐる一例で、今日東京警視廳で犯人捜査の場合にその足跡を嗅ぎ分けさせるに飼養してゐる警察犬の如きは近い例であります。斯ういふ風に動物の或は優れたり、又は劣つたりする例をあぐれば際限がありませんが、併し大體に於て、人類が他の動物よりも最も高等な精神生活を爲して居る事は明かなのであります。

それならば人類と他の動物との精神活動の相違はどれだけであるかといへば、聴覺や視覺や嗅覺等の局部々々については、他の動物の中に人間より優れて進んだ能力を有するものがあるけれども、全體の上から見て他の動物の精神活動は人類のやうに行はれて居らない。例へば人類には經驗から來る推理作用及び合理作用、並びに善惡に

對する道德的觀念、理性等があるけれども他の動物にはそれが認められぬのであつてこれが人類と他動物との精神活動の相違であります。

併し乍ら人類と他動物との間は全く無關係ではなく、人類の祖先に遡れば下等動物となるのであつて、前に述べたやうに相違の點から見れば相違して居りますが、類似の點から見れば極めて類似して居ります。即ち犬が主人の急を救ふたといふ類の話や其他動物にも人類に劣らぬ愛らしい感情を有するものが中々多く、それと反對に人類の中にも動物の最も猛惡なものに近い行爲をするものも尠くないのであります。

以上述べましたところは、催眠術は心理學に根據を置くものである事と、それから心理學から見た人類及び生物の精神活動のほんの一端を擧げて、催眠術と心理學との關係、及び心理學とは如何なるものであるかを讀者の参考を示したに過ぎないのであります。

茲に一層委しく催眠術と心理學との關係を申し上げますと、心理學の分科として近來變

態心理學の研究が盛んになり、催眠術はこの變態心理學に屬するのであります。

變態心理學には其他の研究も含んで居りますが、大體に於ては精神病學と催眠學によつて研究を進めてゐるのであります。元來心理學は解り易くいへば心の出來事を研究する學問であります。それがそれならば心といふものはどういふものであらうかといへば前にも述べたやうに精神の研究は極めて複雑であります。けれども、先づ吾々の常識で考へたところで心といふものは人の身體のうちに二つも三つもあるものでなく、必ず一つの心をもつて一人の人が存在すると認められるのであります。然るに此の關係が非常に矛盾する事があります。

例へば夢の中に他人が表はれて、いろ／＼話をしたり動作をしてゐる。即ち自分の心の中に他人の心が加はつてゐる、やうな不思議な現象であります。此の夢と精神病とは能く似寄つてゐるので、精神病者は實際見ない事でも見たやうに思ひ、實際聞えない事でも聞いてゐるやうに思ふ、即ち幻覺とか錯覺とかいふものが非常に多いので

夢の中の現象も亦これに能く似てをります。

それからまた夢の中では、まるで二つの違つた人の心が入れ變るやうな現象があります。例へば貧乏人が大金持になつたり、王様が夢で見るかげもない乞食になつたりする事も無いとはいへない。さういふ風に實際は大變な矛盾した事柄を、少しもさう感じてゐないといふ事は、夢と精神病との能く似た點でありまして、シヨーペン、ハウヘル氏は夢は短い發狂である、長い夢が精神病であるといつて居ります。

此の心が二つにも三つにも働くといふことは極めて不思議に思はれて、昔から狐憑とか稻荷下しとかいふ類もこれと同じ事で、斯る不思議な現象を精神病學及び催眠學の上から見ますれば、これを人格の分裂といふのであります。人の心は統一を保つて居るのが普通の状態でありますが、或る特別の事情によつて此の統一が保たれず、心が分裂する、此の心の分裂についての研究は、精神病學の發達と催眠學の發達によつて明かにされ、二重人格とか三重人格とかいふやうな事が攷究されて來たのであり

ます。で、變態心理學は心理學の分科として發達し、而も從來の心理學に多大の貢獻を爲したものであるといはねばなりません。

精神病學はその根據を變態心理學に置き、その應用は催眠術として矯正治療法となつて居ると同様な關係であります。

で、精神病學に屬する精神病患者の療法は別として、廣い意味の精神療法に就いて考へて見ると、これは精神作用を利用して、種々の疾病を治療しやうとするもので、藥物の代りに精神作用をもつてする方法であります。これも極く廣い意味でいへば、今日一般の醫師は常にその病者に對して精神作用を利用して一種の精神療法を用ゐて居るのであります。例へば、實際は非常に重症者であつても、患者の精神を引立たせ病氣に抵抗させるために、決して心配せずに安心してゐてよろしい、精神をしつかり持つて居さへすれば必ず治るからといふやうなことは、大抵の醫師が慣用する手段でこれを醫學上では説得法とか遺散法等といつて、簡單な精神療法の手段として居るの

あであります。

前に、催眠術の歴史を述ぶる際にも申しましたやうに、精神療法は極めて古代から行はれたもので疾病療法の起源を爲すものであります。古代希臘でも、埃及でも、支那に於ても日本に於ても、醫術の以前に精神療法があつたので、佛教の如きは醫師如來といつて醫者専門のやうな佛様があつて、この藥師佛を祈れば病氣が治ると信じてゐる如きは精神療法に外ならぬものであります。

醫學は印度及び支那に數千年の昔から極めて幼稚な發達し、西洋に於てはヒポクラテスの昔から漸次々々に發達して來たもので、藥物は初め所謂草根木皮から取り、礦物からも次ぎに發見し、それが次第に發達して今日のやうに理化學の力で種々複雑した藥劑を製出するやうになつたのであります。で、藥物療法の智識が進むに連れて治病の先祖でありました精神療法の事は次第におろそかにされて、その上に十九世紀初め頃からは醫學が非常に進歩を遂げたために、精神療法などは不用のもの、やうに

取扱はれて来たのであります。

然しなから今日に於ても患者が醫師を信仰する事が、治療上の第一必要條件でありまして、所謂藥物療法をのみ取扱つてゐる醫師にも精神療法の重要な事が明かになつて来たのであります、レーウキンヘルド氏が藥物萬能の醫術者を戒めて、

『病理研究に没頭する時間の四分の一を割いて、心理學及び精神療法の攻究に費したならば如何に醫學が進歩するであらう。』

といつた事は大いに意味ある次第で、精神療法は今後益々科學的に研究され、そして一般的に應用されて行くべき傾向になるのであります。今日一般に行はれてゐる靜坐深呼吸法とか、或は禪學の流行とか、又た催眠治療法等は何れも醫術と相俟つて精神療法が進み行くべき傾向を示してゐるに外ならぬのであります。

精神病學が變態心理學であるが如く、催眠術も亦變態心理學として心理學に屬すべきことは前に述べました。

從來、日本に於て催眠術といふ言葉が正しく理解されて居らず、又た催眠術を行ふ者の中に人格の下劣な人物があるため、茲に催眠學といふ所以を説明しておく必要があると思ひます。

今日の催眠術は、催眠現象に就いて學者の十分なる攻究により、その原理、その應用等を系統的に科學的に組織立つる事が出来、學術として體系を完備して居るのでありますから、催眠術を研究する學問はこれを催眠學といふのであります。そしてこの催眠學の應用が催眠術即ち催眠療法であつて、それは普通の意味の精神療法である以上に特殊の効果を表はすものであります。

即ち普通に行はれて居るところの精神療法は、主として病氣を治すといふ事に止つて居るのであります。催眠療法は、病氣のみで無く、人の惡習慣を治す事とか、或は少年少女の憫むべき性來の惡癖を矯正するとかいふやうに、精神上に特殊の効果を奏する事が出来るのであります。

そして催眠術は醫術等と同じく、今日及び將來に亘つて、何處までも科學的研究によつて進歩し、その應用は人生のために多大の貢獻を爲すべきを信するものであります。

### 第三章 催眠状態の觀察

催眠状態の生理的現象……隨意筋及び不隨意筋の運動……  
感電の鋭敏と脱失……幻覺錯覺及び其他の感電變化……  
催眠状態の心理的現象……記憶の喚起と増加……記憶を失はしむる作用……人格轉換の現象

△催眠状態の生理的現象

催眠心理を知るためには、先づ催眠状態を種々に觀察しました上に、催眠状態に類似した現象、例へば普通の睡眠とか、睡眠中の夢の關係とか、それ等の研究と比較してみる事が最も解り易い方法であります。

△隨意筋及び不隨意筋の運動

△隨意筋及び不隨意筋の運動

そして先づ催眠状態を區別して見ますとこれを、生理的現象と心理的現象とに分つ事が出来ます。例へば催眠状態に在る人に向つて暗示の與へ方一つで、生理的現象を起さす事も出来れば、心理的現象を起さす事も出来るのであります。で、初めには生理的現象に就いて述べ、次に心理的現象に就いて觀察して見ませう。

催眠状態にある人に對して、暗示の與へ方で、その手とか足とか其外身體の隨意筋の運動を起させる事も出来、また反對にその運動を止める事も出来ます。此の場合には被術者の身體は恰も術者の自由自在にする事が出来るやうに見えるもので、催眠状態特殊の生理的現象であります。例へば被術者の手を伸ばさせて、

『その手は眞直伸びてゐて動かない。』

と暗示を與へれば、被術者は自らその手を動かす意志が働かぬばかりでなく、他人がこれを動かさうとしても恰も棒のやうになつてゐて容易に動かないのであります。また被術者を靜かに歩ましめておき、術者は、



『ソレ君の足は最早一步も動かぬ。』

と暗示を與へれば、その通りに動かすに被術者の足は下に附着したやうになつて了ふのであります。

斯く手足等の筋肉即ち隨意筋の運動を止める事が出来るやうに、不随意筋といつて主として吾々の思ふまゝに直ぐ運動させる事の出来ない内臓機官の筋肉にも、催眠状態にあつては暗示によつて相當に運動を起させる事が出来ます。例へば神經性消化不良の者に催眠治療を行ひ、暗示によつて胃の消化作用を活潑にするとか、或は便秘の癖のある者を治すとか、其他横隔膜の痙攣に由る吃逆を治すとか、催眠療法には種々に應用されるのであります。

△感覺の鋭敏と脱失

催眠状態にある人は、暗示によつて五官の感覺を非常に鋭敏にする事も出来るしその反對にまた夫等の感覺を脱失して了ふ事も出来ます。

視覚が、暗示によつて非常に鋭敏になる事は著しいのであります。特にモール氏

の如きは催眠状態の者に○・○六耗の細胞を明かに見せしめたと報告して居ります。聴覺に就いても亦同じく普通の場合にはとても聞き取れない微かな音でも、催眠中の者には暗示によつて充分に聞き取らせる事が出来るので、前に催眠術の施術の仕方詳しく述べた際に、術者が暗示する言葉は傍の人には到底聞きとれないほど低聲でよろしいと云つたのは、斯ういふ關係がある事と、被術者は絶えず術者に精神を集中して居りますから術者の低聲の暗示をよく聞き取るのであります。

嗅覺も亦非常に鋭敏になつて、カーペンター氏は、催眠中の者に六十人前の手套の中から、自分の手套を嗅ぎわけさせたといひ、又ブレード氏は四十六呎を隔て、或貴婦人の薔薇の匂ひを嗅ぎわけさせたといつて居るのであります。

それから觸覺も亦その通りで、平素は感じない刺戟でも非常に鋭敏に感じます。例へば髪の毛一本をもつて、皮膚の知覺の鈍い部分を刺戟しても、それが感じるのではありません。其他味覺でも、温覺でも、壓覺でも、催眠中の者には、暗示の與へ方で夫等

の感覺を極めて鋭敏にする事が出来るのであります。  
で、以上のやうに感覺を鋭敏にする反對に催眠中の者には、感覺を失はしむる事も出来ます。

例へば感覺鋭敏の暗示を興へて髪の毛一本の刺戟でも疼痛を感じさせる事が出来る反對に、

『君の手には最早何の感覺も無い。』

といふ暗示によつてその部分の感覺を脱失する事が出来るので、そこに針を刺し通しても痛みを知らぬやうになるのであります。で、此の催眠状態中の感覺脱失を應用して、外科手術に麻酔剤を用ひる場合、麻酔剤を用ひずに御謂無痛手術を施すことが出来ます。歐米では一八二九年にクロツケー氏がこれを外科手術に應用したのを始めとし、ロツセル、ブローカ、フオーリン、ヴェルポー等の醫師達が盛んに催眠術を應用して無痛手術を試みました。その最も有名なのはカルカツタ病院の外科主任ドクト

△幻覺  
錯覺及  
び其他  
の感覺  
變化

ル、エーデル氏氏は六年間に六百數十人の外科患者に催眠術を應用して無痛手術を施したといふ事でありませう。

次ぎには催眠中の者に幻覺錯覺を起す事が出来ます。幻覺とは實際はそこに何も無いのに何か有ると思ふので、例へば一枚の白紙を示してこれは君の寫真であるといふやうに暗示すればその通りに見えるのであります。

錯覺といふのは、感覺が錯誤を生じて物を見誤り聞き誤りする等の類で、幻覺も錯覺も吾々が平素の經驗にも幾多の例があることがありますが、催眠中には殊に著しいのであります。

デボー氏といふ催眠術家は、暗示によつて十四日間絶食せしむる事が出来たといつて居るし又たチツセー氏といふ催眠術家は、被術者に或る特殊な事實を試験したといつて居りますが、被術者と術者との關係及び學理上の己むを得ぬ實驗は別として、斯くの如き催眠暗示は前にも幾度もいふやうに常人の試みべきものでもなく、不徳義、

不正、不自然等の暗示は感應せぬものである事を断言して置きたいと思ふのであります。

併し乍ら催眠術によれば、種々感覺に變化を起させる事が出来るのであるから、これを善用し有益に應用するときは、非常に好い効果を得る事はいふまでもありません例へば錯覺を利用して、非常な酒好きの者に酒をやめさせるとか、煙草好きの者に禁煙せしむる等の事は容易に出来るのであります。

又た分泌作用をも變化させる事が出来るので、小児の寝小便を治すとか、これに反して母乳の分泌、唾液等の分泌を盛んにさせるとか、其他種々治病健康法に應用する事が出来るのであります。

催眠中の生理的現象に就いては上來述べた如くであります、更らにこれを心理的現象として觀察してみますると以下順次申し述べるやうな次第であります。併し人間の精神と肉體とは截然區別する事は出来ぬものであつて、たとひ假りに精神と肉體と

△催眠  
状態  
心理的  
現象

區別して考へて見るにしても、この二つの關係は相互に極めて密接な殆ど離すことのできぬほどのものでありますから、催眠状態中に於いて肉體的、生理的に表はれる現象と、精神的、心理的に表はれる現象とを根本から引離して考へる事は出来ないのであります。

精神は常に肉體に影響し、肉體は絶えず精神に關係して居る事であつて、生理作用には必ず心理作用も伴ひ、心理作用はまた生理作用に影響する、即ち互に密接な關係にある事はいふまでもないのであります。で、以下心理作用の現象と申しても三四の例に就き説明する事でありませぬ。

催眠状態に於ては、被術者が普通の場合にどうしても思ひ出すことの出来ぬかなり古い記憶を呼び起す事が出来ます。一體、記憶といふ精神作用は、或る事柄を腦中樞に印象したものが、そのまゝ保留されてをり、これを再び初めに印象した時の通りに回想する作用でありまして、吾々が記憶を喚び起す際には、初めの印象を回想するに

△記憶  
の喚起  
と増加

邪魔になる作用の無い時を最も適當とするもので、それには精神の統一した場合が最も良なのであります。

で、催眠状態には前にも申したやうに注意が集中して居つて、被術者の精神は統一され所謂三昧に入つてゐるやうな状態でありますから、記憶を喚び起すには最も適當して居る精神状態であります。そしてまた此場合に術者の暗示によりまして、被術者は覺醒後に於いても記憶力を増加する事が出来るのです。例へば、

「君はこれから非常に記憶力が良くなる。」

といふ暗示によつて、被術者の脳中枢には爾後種々の事柄に對して、印象を保留する作用が十分に働いてくるのであります。

前述の記憶作用に反して、或事柄を忘れて了はせる事も出来ます。催眠状態中に於いて例へば、

「君は覺醒してから何を云はれたかを忘れて居る。」

△記憶を失はしむる作用

といふ暗示によつて催眠中に種々の暗示を與へられた事を全然忘れて了はせる事が出来るのであります。

此の催眠術によつて記憶を失はしめる作用は、鳥渡考へると危険な事のやうにも或ひは有害無益な事のやうにも思はれますが、併しこれを利用することによつて種々の利益があります。吾々は或事柄に就いては全く記憶を失つて了いたいと希望してゐる場合がありますが、それが普通には中々出来難いので、例へば人を憎む觀念などをどうかして忘れたいと思つても出来難いとか、或は恐怖した觀念がいつまでも思い出されて忘れんとして忘れられずに困るといふやうな事が澤山あります。かういふ場合に催眠術によつてそれ等の記憶に必要な無い觀念を全然忘却せしむる事が出来るのであります。

催眠状態中に被術者の人格を他の者と變じ得る作用があります。例へば、  
「君は今から何某の心持になつて了つた。」

△人格轉換の現象

といふ暗示によつて被術者は自己を全く忘れて、他の何某なる者として變換して了ふのです。そして此暗示感應後に於いてはその被術者は全く他の何某なる者となつて了つて術者の間に對しても自己を没却して居つて何某となつて答へるといふ風であります。

吾々は何れも各々自分自身の經驗智識を集めて自分といふ人格を作つて居るものでありますが、催眠状態に於いてはその一人格を二つにも三つにも表はす事が出来るので、斯うした催眠現象から二重人格、三重人格等の心理を説明する事が出来るのであります。

此の人格轉換の現象に就いては、後に述べるころの潜在意識、殘積暗示等を參照して攻究して貰いたい。人格轉換の現象は大抵不思議なやうに思はれるけれども、吾々の心理作用が極めて複雑して居るので、特に此催眠中の現象のみを奇異とするに足らぬのであります。

### 第四章 催眠状態の原理

此外、催眠中には特殊なものとして透視の如き實驗、千里眼、讀心術等の實驗も或程度まで出来るものと稱されて居ります。

催眠状態と普通睡眠との比較……睡眠中の生理状態……睡眠中の中枢機能の状態……睡眠脳髓の心理状態……睡眠状態と夢の關係……夢と暗示に感應する意識……催眠状態の特徴……催眠心理に關する諸學說……催眠心理の根本……完全なる催眠状態の要件

催眠状態は外見上普通の睡眠状態と能く似て居るのみならず、催眠術といふ譯語が前にも申す通り適當のものでなく、催眠術といへば睡眠を催す術といふやうに思はれて、催眠と睡眠との區別を混同する傾きが一般にある事は止むを得ません。併し乍ら催眠状態と睡眠状態とは一面に於ては非常に似てゐるけれども、又た一面

△催眠状態と普通睡眠との比較

に於ては全く別な違つた關係にあるのであります。一例を擧ぐれば、催眠状態中の脳  
 中樞も、普通睡眠中に於ける脳髓の状態も、脳貧血に因つて起る事は全く同一であり  
 ますが、然し睡眠に於ては決して暗示に感應せぬのであつて催眠中はこれに反し、一  
 言の暗示に直ちに感應して精神作用は極めて活潑に働くものでありますから、此關係  
 は全く相違して居るのであります。

以下催眠状態の原理を説明する便宜として、睡眠中の状態を攻究し、催眠状態と比  
 較してその真相を明かにする方法を講ずることにいたします。

今、睡眠中の生理状態はどうかといへば、生理學者はこれに四種の説を立て、居り  
 ます。その一つは化學的變化が睡眠の原因であるといふので、脳髓の代謝機能によつ  
 て生じた老廢物即ち乳酸の如き疲勞産物が蓄積するために、脳髓が麻痺するに由ると  
 いふもの。又た一つは、生理的變化説で、脳の血行の變化と並びに制止作用から來る  
 といふもの。又た一説は、組織的變化説で、脳の細胞突起が收縮若くは位置の變換を

△睡眠  
 中の生  
 理状態

爲し、夫のために各突起の末端が相互に接觸不全となつて細胞間の連絡を絶つに由る  
 といふもの。更らに一説は以上の三つの變化が合さつて起るものであるといふのであ  
 ります。

以上の諸説は睡眠の状態に就いて研究した結果でありまして、完全に睡眠の原因を  
 説明したものではありませんが、兎も角も睡眠中の脳髓の生理的状态として、或程度  
 の貧血を起してをる事は確實であります。

一八六〇年にドウルハム氏がクロ、ホルムを用ゐて犬を麻痺せしめ、その頭蓋骨に  
 小孔を穿つて外部から脳の血行を観察し、犬の覺醒すると同時に、脳の血管が非常に  
 膨脹した事を實驗してから、此等の研究は更に精密に行はれまして、モツソー氏は外  
 傷によつて頭蓋骨の一部を失ひ、脳の血管が外面に表はれて居る男女二人に就いて實  
 験を行ひ、又たヒューザン氏は網膜に就いて明細な研究を遂げてこれを確證したの  
 で、睡眠は或程度の脳貧血である事が、今日學界の定説となつて居るのであります。

人は覺醒して居る普通の場合でも、その中樞機能は悉く活動して居るものではなく、一部は働いて居り他の部は休んで居るものが多いのであります。そして睡眠中はどうかといへばこれも各中樞機能残らず休んで何の働きもしないのではなく、只中樞機能の休止してゐるものが多數であつて、その上に普通覺醒時には、休止して居る機能が刺戟によりては何時でも直ちに活動を初め得る状態にあります。睡眠中にあつては休止して居る機能が刺戟によつて直ぐ働き出さぬ關係にあるのであります。又、睡眠中の者に就いて、各中樞機能の休止して居る状態を調べますと、漸次にその程度が變化して居ります。例へば手や足に少しの刺戟を與へても直ぐ眼をさますやうな事の無い場合でも、僅かな物音に眼覺めたり、又は僅かな光線の刺戟で覺醒されたりするありさまで、感覺の鋭敏な部分と極めて鈍い部分とがあります。これは、睡眠中には中樞機能の休止状態がかなり複雑なありさまになる證據で、或は自分に都合のよい中樞機能だけを普通覺醒時の場合の休止状態にして置く事が出来

ます。例へば明日は必ず午前何時になれば起きねばならぬと覺悟して睡眠したものがその時刻になれば如何に熟睡して居つても直ちに眼を覺ますといふ類であります。睡眠中の生理状態は前に述べた腦髓の或程度の貧血と、細胞突起の收縮等の現象であります。これを心理的状态に就いて考へて見ますと、概言すれば自意識の活動休止でありますけれども、前にもいつたやうに中樞機能の悉くが活動を休止するのではなく、その大部分は休止の状態にあるけれども微小なる部分は猶ほ活動を續けて居るので、即ち微意識が活動して居る状態にあるのであります。一體、吾々の精神活動は、無數の中樞機能が系統的に活動する事によつて生ずるのであります。常に微少な中樞機能に至るまで總て身體中の中樞機能が働いてゐるのでは無く、普通覺醒時の場合には、刺戟を受けたものばかりが次ぎ／＼と交代して働らき、意識の表面に表はれて來るので、其他の機能は刺戟が來れば何時でも働き出すだけの準備をして、交代の時と命令を待つてゐるやうな具合に休止して居るのであ

ります。

で、睡眠中に於ても、中樞機能の休止は大部分に亘つて居りますけれども、各方面に微意識が残つて働いて居りますから、刺激を受ければ此の微意識が活動して反射運動を起すとか、或はその刺激によつては夢をみる作用を表はすとか、或はその刺激が大きく強ければ直ちに中樞機能を呼び起して覺醒して了ふといふ状態にあるのであります。此等の睡眠中の微意識活動の状態と催眠状態中の暗示によつて呼び起される中樞機能の働きのとの關係は非常に似通つたものであります。催眠中の心理作用を説明する前に、夢に就いて考察する事は、催眠心理を一層解り易くする方法であります。

睡眠中にも微意識が活動して居るところから、或刺激によつてはそれが夢となるといふ事は前にも述べました。夢は西洋では胃袋の中から出て来る化物だといふ俗談があります。日本でも夢は五臓の疲れなどといつて、ともかくも吾々の睡眠中に何等かの因縁で生じて来るものと思はれてゐたのであります。

△睡眠  
状態と  
夢の關  
係

さて、夢の起る原因から考へてみると二種に分つことが出来ます。その一つは外部から来る刺激が本となつて起るものと、もう一つは内部に刺激が起つてそれが本となつてあらはれたるものと二つに分つ事が出来ます。

外部から来る刺激といふのは、睡眠中に光線が眼を透過して眼を刺激する事や、或は物音が聴覚を刺激する事や、又は胸部等に自分の手を載せて置いた爲めその重量によつて壓迫される刺激とか、其他外部から感覺に何等かの刺激を受けた事が原因となつて夢を結ぶのであります。

内部から来る刺激といふのは、内臓諸器に於ける刺激、或は腦中樞に自發する原因をいふので、例へば夜食をして睡眠した場合杯に多く夢を見るのは、胃腸中の食物の刺激であつて、夢は胃袋から出て來るといふ西諺も面白い比喩であります。又肺臓の呼吸作用とか心臓の作用とか、体内諸臓器の内部刺激によるものが多く、子供の夜尿の如きは膀胱内に尿が溜り過ぎてゐて、そのために小便をする夢を見て本當に排尿し



て了ふといふ類や、婦人が妊娠中には、胎児のために刺戟される事が多いので夢を見る類、或は青春期に生殖器發達の刺戟からさういふ種類の夢を結ぶ等であります。

腦髓から自發的に表はれて來る刺戟といふのは、腦中樞の微意識が活動してゐて夢となるので、例へば非常に心痛してゐる場合にその事柄を夢に見るとか、學生が時によりて學校で宿題とされた問題を夢の中で解決する事が出來たりするやうな場合で、或一事に就いて腦髓を激しく刺戟した印象が睡眠中にまで微意識として殘存し、それが夢となつて表はれるのであります。

△夢と  
暗示に  
感應す  
る意識

前述の如く夢は身體の内外から受ける刺戟が原因となつて起るのであります。その刺戟が中樞機能に傳達されるのは、微意識の作用で、即ち睡眠中に全く活動を休止して居らぬ微少な機能の働きに由るのであります。

然るに茲に面白い關係は、夢に表はれて來るものは、いつも視覚に訴へるものが重なるもので、夢を見るとはいつでも、夢を嗅いだとか、夢を聞いたとか、夢に觸つた

とかいふやうな事はありません。で、何か外部からの刺戟或は内部からの刺戟を受けた場合にその感覺がそのままに痛いとか臭いとか甘いとか辛いとか、感覺のまゝに表はれないで、必ず視覚によつて表はされて來るのであります。

例へば腹痛がしてゐる場合とか、頭痛がしてゐる場合とかにも、腹が痛い頭が痛いといふ感覺を持たずに、その感覺が何か形になつて表はれて來ます。或は恐ろしい化合物になつて表はれるとか、恐ろしい者に追ひかけられて苦しむとかいふ風に感覺が夢では形になつて表はれる事が多いのであります。

それで、夢の原因は睡眠中に全部の中樞機能が休止せず、一部微意識が働いて居つて、或刺戟を此の微意識が感じて中樞機能に作用を起したのであつて、これは催眠状態に於ける暗示によつて中樞機能が働き出す事と非常に似通つては居りますが、今いふ通り夢には感覺がそのままに表はれず、何かの形になつて視覚に訴へて來る事が重なるもので、催眠状態に於て暗示による刺戟が、感覺の總てを自由に幻滅表現させるも

のとは、非常に相違があるのであります。

睡眠中の夢と、催眠状態に於ける暗示に感應するありさまが、一面に似寄つた關係で而も一面に相違してゐるといふ事は、又た催眠状態と睡眠状態との似て居つて而も相違してゐる事を知る便宜でありませう。

睡眠状態にあつては、睡眠中の中樞機能が或刺激を微意識によつて傳達せられたにしても、それが僅かな反射運動で終つたり、或は夢の現象を呈したりするに止り、それ以上の刺激によれば覺醒して了ふのであるけれども、之に反して暗示によつて機能が喚び起さるれば非常に活潑に働いて、覺醒時の場合よりも一層優れた能力を表はすのであります。

それ故に催眠の最も深い状態の睡遊状態の如き場合は、それが一見して睡眠に於ける熟睡乃至昏睡状態のやうであります。暗示によつて種々の活潑な感應を表はすのであつて睡眠とは全く別である事は既に諒解された事と思ふ。が、一層解り易くいへ

△催眠  
状態の  
特徴

催眠状態は睡眠と覺醒と混合してゐるやうな特殊なありさまであります。

即ち自發的意識の休止は催眠状態に於ても睡眠にありても同様であるが、催眠状態は暗示に感應して、覺醒時の如き活潑な作用を表はす事が自由に出来るので、若しも催眠中に此の暗示の感應が表はれなくなつたとすればそれは催眠状態から特別な事情によつて、睡眠に移つて行つて了つたのであります。

催眠中には、普通睡眠中のやうに、多くの中樞機能が休止の状態に在るけれども更に其れに加へて覺醒時に於ける中樞機能が休止して居る状態を交へ、また睡眠中のやうに微意識が散在して居るとは違つて、一方に偏つて集り、刺激に對する傳達の役目をしてゐるので、其他のすべての中樞機能は（睡眠の場合と同じ休止状態と、またそれと違つた覺醒時に於ける休止状態とに於いて）全部休止して居るのであります。

そして暗示は此の一方に集つて偏在してゐる微意識に加へられるので、その暗示を與へられた微意識はこれを所要の中樞機能に傳へてその活動を喚び起すのであります。

す。で、此の催眠に於ては微意識が偏在し、睡眠に於てはそれが散在して居るといふ關係から、催眠状態に於ては、睡眠と違つた生理状態が現はれて來るのです。

睡眠の場合には心臓の活動は鈍くなるし、呼吸数は少くなり、血行は緩くなり、分泌作用も減弱するといふ風に變化するけれども、此等の生理的變化は平素と甚だしく矛盾したものでも特殊のものでもない。

然るに催眠状態にあつては、眼球の瞳孔は次第に擴大されて來るし、眼球は前方に突き出て來ます。又た睡遊状態に於いては、初めに閉ぢてゐた眼瞼を何等の暗示も無しに開いて來る事がありますが、しかしそれによつて催眠状態が淺くなつたのでも無く、また勿論覺醒したのでもない場合があります。

又た脈搏は稍その數を加へ、呼吸數も殖え汗の分泌を見る事も少くない。で、これらの現象は交感神経と血管神経系統の著しく亢奮されてゐる證據であつて、普通の睡眠と區別される根本的特徴であります。

△催眠

心理に  
關する  
諸説

普通の睡眠の場合には、以上の現象と反對に眼球の瞳孔は縮少し、脈搏と呼吸の度數は減少するのが常であります。催眠状態では、交感及び血管神経系統が亢奮して居るのでありますから、暗示の與へ方によつて、種々の亢奮性を増加して生理的影響を惹き起す事が出來ます。

それ故に此の關係を應用することによつて、消化作用を旺盛にしたり、或は分泌機能を増んにし、月經調整等に利用する事が出來、其他種々應用治病法、健康法を講ずる事が出來るのであります。

催眠状態の起る原因即ち催眠心理に就いては十九世紀の後半期に於いて種々學者の研究と説明が生じたのであります。これ等は十八世紀に於けるメスネル氏の動物磁氣説等に比して一段進歩したものでありますけれども、猶誤謬もあり、完全に説明し盡されて居らない。併し催眠術研究の經路を知る便宜として、一應諸學者の説を擧げて、次に近代最も信すべき催眠心理につき略解する事にいたします。

一八七八年に佛蘭西のシャルコー氏は、多年研究の結果、催眠状態の原因は神経病的であるといつた、此説によると催眠現象はヒステリー或はヒポコンデリー患者に見るやうな病的現象と同一であるといつて、その異なる所は一つは自動的であり、一つは他動的であるといふのであります。

即ちヒステリー患者は、自己の信念或は想像が或る現象を生ずるところの原因となるので、催眠状態の被術者は施術者の暗示によつて其状態を表はすのであるといひ、併し初めから根底の無いものを誘發する事は出来ないで、催眠術にかゝるものは、ヒステリー乃至ヒポコンデリー患者、或はさういふ傾向にある人に限られて、全く神経病的現象に外ならぬものであるといふのであります。

併し此の説は誤謬であつて、催眠現象はヒステリー等の神経病患者或はその素質を有する者でなければ起らぬといつて居りますが、事實全く此の反對で、ヒステリー等の神経病者には催眠誘導に稍困難を感ずるものであつて、却つて心身の健全な人に

催眠状態を誘起せしめ易いものであります。勿論催眠療法を行つて居る場合に催眠治療を望んで來る者には神経病的の人達が多いのではあるけれども、これは醫藥等の療法で治らぬからして、遂に催眠療法によつて治療したいと望む次第であるから、シャルコー氏の説は此邊から誤つたものかも知れない、兎に角、今日ではシャルコー氏の説を信する譯には行かないのであります。

次に、一八八〇年前後に、佛蘭西のナンシーに於て、ベルンハイム氏及びリエボール氏といふ二人の醫師があつて、此二人とも催眠術を研究して、催眠の原因は暗示に在りといひ、此説を信する學徒をナンシー學派といつたのであります。

此のナンシー學派の説は、催眠は普通の睡眠の一部、又は睡眠の或る階梯、若しくは睡眠の範圍にあるものと見て、催眠中に現はるゝ總ての現象は、感受性を利用したる暗示の結果に外ならずして、自ら豫期したる所に従つて働くものであるといふのであります。而して此のナンシー學派の説は未だ十分ではないけれども近世學者の是認

するところとなつたのであります。

また、一八六八年に、佛蘭西のビネー氏は第二自我説といふことを主張して、一時、心理學者を驚かしました。故にこれを稱ふるものをビネー學派といつたのであります。

ビネー氏の學說の要は、凡そ人には二つの自我を有つて居つて、第一自我は普通の意識即ち主意識であり、第二自我は變態意識即ち副意識であるといひ、そして第二自我は第一自我に比して遙かに微妙な働きを有し、第一自我に於て認識する事の出來ぬ事物も、第二自我に於ては容易に認識する事が出来る、従つてこれを身體的動作として實行せしむる事が出来るので、催眠術に於ける奇異なる現象は、畢竟第二自我の表はれに由るものであつて、第一自我の發現してゐる場合は、第二自我は潜在して居り催眠術によつて第一自我を除き去るとき初めて發現されるのであるといふのであります。

併しこのビネー氏の説は潜在意識に關する説明として傾聽すべきものであるけれども、催眠状態を誘起する原因、催眠心理に就いては解説するところが甚だ不十分であります。

其他レーウエンヘルド氏の如きは、大いに科學的に説を立て、催眠と睡眠とは共に腦髓の貧血を呈し來るものであるけれども、その貧血の原因に就いて、睡眠は疲労によりて乳酸の如き物質の蓄積を來した結果であり、催眠現象は暗示に感應した部分的睡眠であるといつて居るのであります。

以上の諸説の中で、シャルコー氏の神經病的説を除けば、ナンシー學派のいふ所も、ビネー學派の説も、またレーウエンヘルド氏の説も催眠現象に對して決して謬説ではないけれども、催眠心理に就いては未だ不十分であつて最近に於ける心理學及び催眠學研究者は別に吾人の首肯し得る説明を與へて居りますので、次項の解説が出来る次第であります。

曩きに睡眠中の状態に就いて種々の研究を數へましたが、催眠心理の解説は實に睡眠状態との比較が基礎となるのであります。夫故に睡眠中の状態を述べました條下に十分注意して讀まれたならば既に催眠心理の如何なるものは了解されたであらうけれど、此處にこれを綜合して述べてみます。而して以下述ぶるところを以つて、予は催眠心理の根本と信ずるものであります。

普通睡眠の場合には、生理的に見れば脳の或程度の貧血と、細胞突起の收縮であり心理的に見れば脳中枢機能の活動休止であります。そして脳中枢機能の活動休止は各中枢全部の休止では無く、細小な中枢中には全く休止しないで、依然その活動を續けてゐる微意識が、各方面に散在してゐる状態にあるのであります。

催眠状態に於けるその生理的並びに心理的關係は、大體に於いて睡眠の状態と相違は無いのであります。睡眠中に大部分の中枢機能が休止して僅かに微意識が散在してゐる状態とは違ひ、催眠中にはその活動を續けてゐる微意識が一方に集つて其處に

微意識の集合よりなる小意識となり、其外の中枢機能は悉く全部休止の状態に在るのであります。

で、睡眠と催眠との區別を心理的に考へれば、残つて活動を續けてゐる微意識が睡眠に於ては各方面に散布して存在してゐる事と、催眠中にはそれが一方に集合して小意識を形作つてゐることの差なのであります。

元來、動物及び吾々人間の精神は、無數にして微妙なる中枢機能が、系統的に整然と集つて働くのであります。普通覺醒時の場合にても、微小なる無數の中枢機能は皆悉く活動してゐるといふのではなく、只その表面に刺戟を受けるものゝみが交代して働き、他の部分は刺戟が來れば直ぐに働けるやうな準備的半分休止の状態にあるのであります。

それが睡眠にありては、休止の中樞が覺醒時よりも著しく増加して遂に殆ど全部に達して行くけれども、猶ほ残つて働いてゐる微意識と、これを交代が出来る準備的の半

分休止の状態にある中樞は各方面に平等に散在して居ります。そして残つて働いてゐる微意識の役目は、睡眠がある適度の時間に達する場合とか、又は何か強い刺激を受けた場合に、これを各中樞に傳へてその活動を呼び起し、覺醒させる任務なのであります。若しまた刺激の如何によつては、全部の中樞を呼び起さずに、只その關係ある中樞に傳へて即ち夢の現象があらはれるのであります。

然るに催眠状態にあつては、睡眠中のやうに各方面に散布して残存した微意識及び準備的の半分休止の状態にある中樞が無く、これに代るに微意識 集合した小意識を存して置き、他の中樞は悉く全部休止して了つて居るので、施術者の暗示は此の残存して居る小意識に與へられます。

暗示を與へられた小意識は、暗示の種類によつてその必要な中樞機能に傳達の役目をしますから、その暗示に關して必要な中樞だけが喚び起されるので、即ち種々暗示に感應した現象を起し、そしてその現象が覺醒時よりも幾倍もの能力を表はす事は、

△完全なる催眠状態の要件

他に反對する機能が一つも起らないからであります。此は丁度 眠と夢とのやうに、催眠と暗示との關係が認められるのであります。催眠中に暗示の働く作用は非常に著しいものであります。

睡眠と催眠状態の相違は以上に盡きて居りますが、何故にその心理状態に相違が出て来るからといへば、睡眠者と催眠者との主観的觀念から分れて来るのであります。睡眠は自由觀念で、五官に多少の刺激を受けつゝ眠つて行く状態でありませうから従つて残つて働いてゐる微意識は各方面に散在してゐる譯であります。催眠はこれと違つて自由觀念では無く、施術者によりて次第に注意を一點に集注されて来て、「自分は今催眠状態に誘かれて行くのである。」といふ束縛的な觀念が主となつて、微意識は各方面に散在せずに一點に集合して残り、其他の中樞は悉く全部が休止して了ふから、他に何等 意識も残らないので、これが最も完全な催眠状態なのであります。それゆゑに若し施術者が巧みに被術者の注意を集中せしむるに、他の意識が残つて働いて

てゐる場合は、その残つてゐる意識の多少によつて、或は催眠状態に誘導する事が出来ず、または不完全な催眠状態に入るのであります。

以上の理由によりて、催眠状態が完全であれば、被術者は施術者の暗示に極めて好く感應して、施術者の暗示に絶對に服従するばかりでなく、若しも施術者が被術者に向ひ更らに第三者に對して服従の命令を與へる時にはやはり、施術者に對すると同様にその第三者の暗示に感應するので、これはラッポールの轉移といつて疊に説明したものであります。

又さういふ關係があると同時に、施術者が被術者に何等第三者との關係に就いて暗示を與へなければ、被術者は第三者から刺戟を受けても、何事かを暗示されるにしても其には風馬牛で少しも關知しないのであります。

斯くの如く被術者は催眠中に於て、施術者へのみ注意を集中して居り、暗示によつて喚起された中樞機能のみが活動して居るのでありますから、若し施術者が被術者に

何等の暗示をも與へずにそのまま、永く放任して置くやうな場合には、次第に注意が失はれて覺醒して來るかさもなくば集合してをつた微意識が各方面に散開して行つて、遂に普通の睡眠に移つて行くのであります。

### 第五章 潜在意識と殘續暗示

潜在意識とは如何なるものか……潜在意識の存在……最も不思議な夢の解説……潜在意識の生理的狀態……潜在意識の表現……殘續暗示の効用……日常經驗する吾人の觀念作用……暗示は胸中に印象してゐる……殘續暗示の表はれる心理作用……複雑した計算を要する暗示……殘續暗示と潜在意識との關係

催眠状態の心理は前章にて殆んど説明したと思ひます。で、催眠状態に特殊の關係を持つて居る潜在意識の事と、此潜在意識を説明する材料であつて且つ催眠術の應用に最も大切な殘續暗示との事に就いて少しく述べて置く必要があると思ひます。

△潜在意識とは如何なるものか



今、潜在意識とは如何なるものかといふに、凡そ人の意識には、普通の意識即ち吾々の常識といふやうなもの、外に、自分では常に知らず氣附かぬところの別の意識があります。

例へば吾々が何か自分の好む一つ事に向つて意識を集注してゐる場合に、全くこれと關係の無い外の觀念を持つたり、或は動作をしたりするやうな事も多く、また睡遊病といふ病者のやうに、自分では何事も心づかぬのでありますが、夜半に突然起き出して座敷中を歩き廻つたり或はいろ／＼の動作をしてから、再び何事をしたとも知らずに寢床に這入つて了ひ、翌朝眼が覺めても前夜にいろ／＼な事をしたといふ何等の意識もないといふやうな、事柄がありますので、これは吾々に常に意識に表はれて居らぬ別の意識があるに相違無く、これを潜在意識といふのであります。

潜在意識は催眠術によつて普通の意識を脱失せしめた場合に表はれるものであるといつて、前に述べましたビネー氏などは、催眠現象の原因を第二自我の發現であるこ

△潜在意識の存在

いひ、この潜在意識を以つて催眠現象を解決しやうとしてゐるらしいのであります、併し既に述べた如く催眠現象の心理は單に潜在意識によるといふやうなものではないけれども、潜在意識の説明は催眠現象を理解するために必要な事でありませう。

普通意識についても、吾人は久しい間心理學者の問題であつて、解決のつかぬかつた事を知つて居ります。心理學者の非常な苦心研究の結果も、意識を説明するに當つて、意識とは意識であるといふやうな行き詰つた解釋をしなければならぬ有様でありました。

併し今日では意識は一種のエネルギーあつて、力的存在であらうといふ想像説が、先づ一般心理學者に認められて居ります。けれどもこの反對論者は、若し意識が力的存在なれば自他の多くの意識は互に衝突しなければならぬ筈であるを反駁して居ります。

然るに、此事についての説明はどうかといふに、此處に一室に幾人乃至幾十人の人々

が集つてゐるけれども、互に意識の衝突といふやうな現象の無い事は、例へば一室に  
數個乃至數十個の蠟燭を點して置いて、その蠟燭から生ずる光線は決して相互に衝  
突する事の無いやうな有様であるといつて居ります。

されば假りに意識が一種のエネルギーであるとすれば、心理的に考へて潜在意識の  
存在する事、それから潜在意識の表現幻滅する關係を相像する事が出来るのでありま  
す。

その手近い實例は夢の現象で、夢には從來未だ嘗つて経験した事の無いと思はれる  
突飛な事柄があらはれます。これほど思ひも寄らぬ事をどうして夢に見るのであらう  
と、不可思議に耐えられぬ事が往々あるのであります。併し乍ら全く経験の無いこと  
は夢には表はるべきものでは無く、必ず何時か何處かで経験した事柄なのであります  
が、自分にはその當時の経験を意識して居なかつたために、誠に思ひも寄らぬ事である  
としてゐるので、その實は、何時であるか、何處であるか、確かに経験して、一度腦中

△最も  
不思議な  
夢の  
解説

樞に印象した事柄が、潜在意識となつて残つて来たものに相違無いのであります。

それに就いて最も不思議な夢を見て、それを十分に解説する事を得た學者の實驗が  
あります。

佛蘭西のデルホーフ氏は、夢の研究者として有名な人ですが、此人が一八六二年に  
或夜夢を見ました。

その夢は頗る不思議な夢で、庭に雪が降つてゐると一匹の蜥蜴が來ました。どころ  
がその蜥蜴が冷え死にさうなので、壁の孔の中に入れてやりますと、その孔の下所  
に一本の羊齒が生へたのです。するとデルホーフ氏は羊齒の植物學上に於ける羅甸  
名を思出しました。

その中に蜥蜴は幾匹もくも出て來て、それが永く行列を作つて行つたといふので  
あります。そしてデルホーフ氏の夢は覺めたのでありますが、氏はその夢の覺めた後  
ち、實に不思議な夢であると思ひ、これを十分研究して見る氣になつたのです。

デルホーフ氏は植物學上の委しい智識は無いので羊齒の羅甸名などを全く知つて居らなかつたのでありますが、夢の中に見たその羅甸名を字書で引いて見ると不思議にも全く符合してゐたのださうです。

で、それからといふもの、いろいろに研究してみたがどうしても解らない。併し極めて熱心な學者で、夢を見た時から十六年目に、或友人の家で一冊のアルバムを何心なく開いて見ると、いろいろその中に植物の標本があつて、その一つに羊齒があり、そこにデルホーフ氏自身で書いた羊齒の羅甸名があつたのです。

それからデルホーフ氏は始めて記憶を喚び起して、丁度その不思議な夢を見た一八六二年の二年前に友人の妹が外國から旅行して歸つて来て、その寫眞帖を持つてデルホーフ氏を訪づれ、それに一々植物の名を書き入れてくれといふので、植物學の智識に乏しいデルホーフ氏は、字を引き乍らそれに書き入れてやつた事を思ひ出したのであります。これで羊齒の羅甸名の事は解つたのであります。幾匹も行列した蜥蜴

の事がまだ解らなかつたのであります。

ところが同じ年に偶といろ／＼の古雜誌を出して見るうちに、雜誌の挿繪に蜥蜴が澤山書いてあるのを發見しました。そして出版の年月日を調べて見ると丁度一八六一年の出版で、當時デルホーフ氏はその雜誌の讀者であつた事が解つたのであります。つまりその蜥蜴の畫を見てから一年目で夢を見たわけであります。而も此夢は二つの違つた時に経験した事柄で、左程まで注意しなかつた事柄が偶然夢の中で結びついてあらはれたのであつて、潜在意識の複雑な活動を證據立てるものとなつたのであります。

潜在意識は、脳中樞の中にどういふ風に在つて、またどういふ風に動活するのであらうかを知るためには、中樞機能の状態を攻究しなければなりません。

脳中樞機能の状態に就いては、曩に詳しく説明したやうに、吾々の脳髓の中には多數の中樞があつて、各々種々の機能を分擔し、その機能の系統的に統一されたものが

吾々の普通精神となるのであります。

そして其の無数の中樞機能は、常に全部が活動してゐるのではなく、全く休止してゐるものと、準備的に半分休止の状態にあつて何時でも刺戟が来れば活動せんと待ち構へてゐるものと、現在活動してゐるものと、大別すれば三通りの状態にあります。併しこれ等の關係は吾々の想像も及ばぬ複雑なものなのであります。

例へば或機能は盛んに活動してゐるかと思ふと、他から来た刺戟によつて起る或他の機能が共同動作の形をとつて表はれたり、或は順々に中樞へと活動が移つて行つたり、全然休止の状態にあつたものが半休止の状態或は全休止の状態になつたり、その複雑なありさまは全く想像の外であります。その統一された形が普通吾々の精神となつて居るのであります。

然るに多数の中樞が活動してゐながらも、その中には精神となつて表面に表はれて来ないで、即ち中樞機能の活動が全部集合し統一されずに、そのまゝ中樞機能中に残

△潜在意識の表現

存して了ふものがあります。これは集合と統一との作用が餘りに複雑な夥しい中樞活動を悉く處理しつくすことが出来ないものであつて、或場合には統一作用を待たずに刺戟を受けた中樞だけでそれを處理して反射運動を起して了ふ場合があります。それは吾々が無意識に何か動作をする事があるのがそれに當るのであります。

そして此の全體の統一から漏れた中樞の働き、或はその中に残存されたものが、一種のエネルギーとして脳髓の中に存して居るその状態が潜在意識として考へられてゐるのであります。

潜在意識は、或適度の刺戟に逢へば、直ちに意識の表面に出で、普通の精神活動となるので多くの潜在意識は常に時々刻々に變更するものであります。

例へば睡眠中の人に針を以つて刺戟を與へて見ると、睡眠中は大部分の中樞機能が休止の状態になつて、僅かに微意識が散在してゐるので、その刺戟が弱ければ、その微意識だけで處理して皮膚が微動する位であります。だん／＼その刺戟を強めて行

くと、微意識はこれを中樞機能に傳達するから、それに對して反射運動が殖えて来て遂に刺戟が或程度の強さに達すると、休止の状態にあつた他の中樞が喚び起され、やがて多くの中樞が活動して忽ち驚きの聲をあげて覺醒して來るのであります。それで微意識の處理して了ふ程度で刺戟を止めた場合は、睡眠してゐる者にはそれが潜在意識となつて夢の現象を表はすか、或は夢をも結ばずに單純な皮膚の顫動する位の反射運動を起すに止るかであります。そして此の潜在意識と最も關係の深いのは、催眠状態に於て、被術者に與へられた施術者の殘續暗示であり、此の殘續暗示は催眠術の應用に於いて大切なものでありますから、次にその心理の大略を述べます。

△殘續暗示の効用

殘續暗示といふ事は、既に彙記したように、催眠状態に於て與へられた暗示が、覺醒後まで引續いて被術者に印象して居つて、覺醒時にその暗示が感應して作用を起す事であり、從來と違つて、催眠現象をいろいろ有益に應用するには大切なものであります。解り易く、殘續暗示のはたらきをいつて見ると、例へば酒好きの者を催眠状態にして

これに對し酒類を嫌惡する暗示を與へ、且つ覺醒後に於いても『君は從來と違つて、酒の匂いを嗅ぐのも嫌ひになつた、此後君は決して酒を飲む氣にならぬ。』

といふやうに暗示を與へて覺醒後に、試みに酒を嗅がせてみると、其人は從來非常に好物であつた酒に對して全く嗜好の觀念を失つて了ひ、その酒の匂ひが如何にも耐えられぬ惡臭となつて感じるのであります。

酒のみに限らず、有害な嗜好品を禁じさせる場合は右のやうな方法で全く感覺を一變せしむる事が出來ます。これは催眠中に與へられた暗示が腦髓に印象して、覺醒後にも働きを持続する結果であります。

又、催眠中に與へた暗示を、被術者に忘却せしめ、覺醒後にその人に自覺せしめる事無く、或る場合（催眠中の暗示に明言してある）にのみ突然感應作用を表はす事が出來ます。例へば催眠中に、

「君は何日後の午前何時頃に予の宅を訪れて来る、そして君は予の顔を見ると可笑しくなつて笑ひ出す」……かうして今君にいつた事は覺めてからすつかり忘れて居ます。」

ごいふやうな暗示を與へたとすると、被術者は覺醒後に催眠中の暗示を忘れた形になつてゐるけれども、暗示に命ぜられた期日が来ると、その通りに施術者の宅を訪ね、施術者の顔を見ると無意識に可笑しくなつて突ひ出すのであります。

これは一例に過ぎないけれど、此種の殘續暗示を應用する事によつて、曩に不良少年の感化の例を擧げたやうに、惡癖性癖等の矯正が出来る事は再び繰返していふ必要はないでせう。

△日常  
經驗する  
吾人の  
觀念の  
作用

殘續暗示は前に示したやうに奇異な現象であるが、吾々の日常の經驗に於いてもこれに類似した觀念作用があります。

催眠中に與へられた暗示の感應が殘續して作用を表はす著しい特徴は、全くその人

の自由意志に反して、例へば飲酒に對する味覺、嗅覺が變化して了ふとか、或は命令的な暗示によれば、事の是非曲直を批判して選擇するといふやうな事無しに、絶対に服従して了ふ如き類であります。

併しかういふ自己の自由意志に反する行爲は、吾々の日常の經驗に澤山ある事だ例へば、今自分はさうしても或る享樂を取りたい意志であるけれども、この自由意志に反して或道德觀念が働いて、思ふまゝ遊びたいといふ自由な行動を繼にする事が出来ず、一種の壓迫を感じつゝも可厭な仕事に従事してゐる如きは、如何なる人でも經驗してをる事でありませう。

又、人がその愛兒を失つた場合などに、その當座の激しい悲嘆の情は次第に薄らいで、數個月もたつと冷靜になつて來ますが、併し愛兒の忌日になつて回向をするといふ場合に臨めば、再び悲嘆の情に迫られて、思はず不覺の涙に咽び、自己の意志はこれを制せんとして制し難いので、かういふ場合は即ち愛兒追憶の觀念が自己を制

する意志に反して働いてゐるのであります。

それから吃音の人が、獨りで唄をうたつてゐる時とか、親しい隔ての無い友と話しをしてゐる場合などは流暢な言葉が出るが、これと違つて初對面の人に對する時とか、何か大切な事件を述べねばならぬ場合とかになると、却つて非常に吃音になるものでこれは常に自分は「吃音者で困る」といふ觀念が働いてゐるので、「此場合には吃つてはならない。」といふ意志の自由にならないのであります。

で、吾々は普通日常時に於いても、自己の意志に反する行爲を行つてゐる如き矛盾した心理作用が認められるのでありますから、催眠時に與へられた暗示が殘續して覺醒後に働き、全くその人の意志を左右する如きを以つて極めて、不思議な現象と見る必要はないのであります。

殘續暗示が、覺醒後にその作用を表はす事から考へてみれば、暗示はすべて腦中樞の中に確乎と印象してゐる事が解ります。

△暗示  
は腦中  
に印象  
してゐ  
る

従つて催眠中に與へられた暗示は、悉く腦中樞に印象し、殘續すべき性質のものであるけれども、催眠状態から覺醒せしめる際に與ふる暗示の如何によつて、催眠中の或暗示は記憶せしめ或暗示は忘却せしめ、或は總ての暗示を記憶せしめまたは忘却せしむる事が出来るのであります。

それゆゑに殘續暗示を本人に記憶せしめずに覺醒させたといふ場合も、本人は全く自覺しないがその腦中樞の中には、暗示が何時迄も保留され印象されてゐる事が解るのです。

催眠中の暗示が腦中樞に印象され保存されて居る事を證するため、プランセットを用ゐてみると面白い實驗が出来ます。催眠中に暗示したものを悉く忘れて了つた形に於て覺醒せしめた人に、プランセットを用ゐさせて催眠中の暗示を思ひ出させて見ると、その人はプランセットによつて催眠中の暗示された事柄を書き表はすのであります。これはプランセットの心理作用が全く催眠心理と類似のものであるから、これ

を用うる時には再び催眠状態に這入つて、催眠中の暗示を思ひ出す譯なのであります。

これ等によつて見ましても、催眠中の経験は、堅く脳中枢に記憶されてゐることが實證されるので、多くの催眠學者は種々の實驗と研究を發表して居ります。

殘續暗示は腦中枢に印象して居り、被術者が自覺せずに居つても、その暗示に示された結果が表はれて來る事は前に述べた通りであります。前例に示したやうに、催眠中の暗示が「何日目に」或は「何日目の何時に」と、時刻限を定めて與へられた場合に、その期間や時刻を間違へずに結果が表はれる心理作用は、どういふものであらうか。

併し此問題も吾々の日常經驗から考へてみると解り易い。例へば吾々は何心無く新聞の日附などを見て、はつとしてその日に爲すべき仕事で忘れてゐた事を突ち思ひ出すことがあるし、また時計の時刻を何心無く見て同時に、その時まで氣附かずにゐた

△殘續暗示の表はれる心理作用

が此時刻には何々を爲さねばならなかつた、或は友人が來訪するとか、此方から訪問する約束があつた等の事柄を偶然に思ひ出すもので、これは吾々の平素の經驗の中に殘續暗示と類似の心理作用が認められるのであります。

一層解り易いことは、前にも例に引いた事がありますが、吾々は明朝何時にはどうしても起きなければならぬと覺悟して就眠した場合に、いくらよく寢込んで了つてもその起きねばならぬと覺悟しておいた時刻が來れば、不思議にも必ず眼覺めるものでこれは觀念が睡眠中に持續したわけでありませう。此の例も殘續暗示とよく類似して居るのであります。

只、吾々が日常經驗する以上の如き殘續暗示的現象は、いつでも正確ではありませぬが、催眠中に與へられた殘續暗示は、その表はれる作用が比較的確實なのであります。

モール氏の實驗によると、土曜日に催眠術を施した人に、



『君は來週の火曜日に来たら、予は三度咳をする、君は予の咳を聞いて必ず予を指して馬鹿といふに相違無い。』

その殘續暗示を與へて置いた。ところが被術者は次ぎの火曜日には來ずに、木曜日にモール氏を訪ねたが、其時に氏が三たび咳をするとその人は暗示に命ぜられたやうに、モール氏を見て馬鹿ツと云つたであります。

で、此のモール氏の實驗によれば、被術者は火曜日と木曜日と日限を間違へてゐるから、殘續暗示は時として不確實に期間を間違へて表はれる一例になります。併し多くは確實に表はれるので、若し不確實であつた場合は、施術者の暗示の興へ方が不明瞭であつて被術者が聞き誤つたとみるべきであります。

△複雑した計算を要する暗示

或學者は催眠中の被術者は、時間に就いて非常に精密な計算をする一種の能力を有すると稱してゐます。デルボーフ氏の如きは、催眠中の被術者が時間を計算することに就いて多くの興味ある實驗を試みて居ります。

その一例を擧ぐれば、デルボーフ氏 多くの人々の催眠中に、

『今から千分間の後に何々の事を、ふ可し』

といふやうに、其時刻に達するまでには、かなり複雑した計算を要する殘續暗示を與へたのです。

ところが大抵の場合はさうした複雑した時間の計算は、精密に完全に行はれて、暗示の結果は正確に表はれたといひ、また多くの被術者の中には、普通平素の能力では千分間といふやうな時間の距離を判定する事すら出来ぬものもあつたのであるが、さういふ人にあつても、此の複雑した間の計算を爲し得たといふ事でありませう。

吾々でも千分間は何時間何分に當るか、計算して見なければ鳥渡暗算し難いものであります。催眠中の暗示 腦中樞を活潑に働かすものである事を、これによつて知ることが出来るのであります。

△殘續暗示と

殘續暗示は、潜在意識の表現のやうな形をとつて表はす事が出来ます。例へば催眠

中の者に、

『君は今から一時間の後に何々の行爲をなす可し。』

と暗示を與へて覺醒せしめ、覺醒後に其人に忙しい仕事を與へて置くとか、或は暗示に命じた時刻に近づいた時にいろ／＼な事務をとらせ且つ談話をさせるといふ風に其人の普通意志を盛んに働かせて置いても、暗示の命じた時刻になれば、突然其人は與へられた暗事中の「何々の行爲」を爲すのであつてこれは、恰も潜在意識の表現と類似したものであります。

グルネー氏は、長い期間を経て表現する殘續暗示について、次ぎの如き實驗を報告して居ります。

催眠中の者に

『何月何日に何々の行爲を爲す可し。』

と命じて覺醒せしめ、殘續暗示が如何なる状態に働いてゐるかを知らるために、數日

の後も再び其人を催眠せしめ、前に命じた暗示について、

『君は何月何日に何事を爲す可しと命ぜられた事があるか』

と曩の殘續暗示の期日について聞いて見ると其人は前の暗示を全く忘れて居る事がある。で、此場合には曩に與へた殘續暗示はその効力を失つてしまつたのかといふにさうではなく、其人は前の暗示の期日に至つて、暗示に命ぜられた通りの行爲を爲したといふのであります。

そしてグルネー氏は、これを以つて二重人格の作用であると解釋し、第一人格の意識は全く忘れてしまつた事柄を、第二人格の意識には明瞭に記憶されて居り、且つ殘續暗示に命ぜられた期日を計算しつゝあるものだとして説明して居ります。

## 催眠術篇 終

昭和三年八月十五日印刷  
昭和三年八月二十二日發行

(非賣品)

不許	復製
版權	所有

編輯者 桂 六 十 郎  
東京府高田町雜司ヶ谷九百五十一番地

印刷者 鎌 田 智  
東京府西巢鴨町向原二千九百七十二番地

印刷所 二進社印刷所  
東京府西巢鴨町向原二千九百七十二番地

東京府高田町雜司ヶ谷九百五十一番地

發行所 大日本心靈學院

振替東京三九〇七九番

校長從三位勳二等功三級男爵海軍中將梨羽時起閣下

# 心身改造靈動氣合術講義錄

規  
則  
內  
容  
見  
本  
進  
呈

腕一本から天下の大成功者たらんとするには、どうしても心身が健全でなければならぬ。本講義録は自己の心身改造にも、他人の心身改造をもつて職業としやうとするものにも、絶好の指圖者である。全巻七篇に分ち、端身正意篇、持心篇、靈動篇、各種療法比較篇、自己治療篇、公衆治療及惡癖正篇、神奇術篇、科外篇とし、近世靈學の發達と知識とを平易に解説したものである。見本請求は東京高田町雜司ヶ谷五二 大日本靈學通信學校へ

## 爾に反れ

定價送料共 二十錢  
發行所 大日本靈學通信學校

「爾に反れ」といふのは本校の標語である。現代のいはゆる文化生活は、ます／＼爾自身を遠ざかつて、人はいよく、自己の本來の相を見失つて行く。自然叛逆の生活が、さう永久に續くものでない。虚弱、病魔等はわれ／＼の周圍に近よつて來た——爾に反れ——この一語のみよくこの難關を突破し得る。校長閣下講述の珍籍！

# 開運坤元術

和裝美本  
特價送料共 金四拾錢

## 心靈的最珍書

人がその生年月日によつて各々個性を異にするのは十二支の調へる所であり各人夫々に不足を有つてゐるものであるがその缺漏をいかにして補足し運命を順調に導くべきかは古來幾多先哲の考究探索があつたに拘らず全然不可能のことゝされてゐた。しかしながら西晋の人眞道人傳ふる所の坤天靈符はよくこの不可能のことを可能ならしめその靈符を佩ぶることによつて無病長壽、増位増官、福德長榮、子孫連綿、男女和合、居家安寧等、他一切の諸願皆達あらしめる。本朝傳來は寶曆年中で明治維新以後その跡を絶つてゐたが前半生をこの研究に送つた岩本梓石先生の起稿によつて大正七年九月本書の刊行を告げ大に世上に流布されたるも不幸にしてかの大震火の災厄に罹つて原紙型すべてを焼失して了つた。今當時特志家 努力により辛うじて慘禍を免れ得た三百部を江湖に頒ち濟世致富の根源たらめやうとするのは貴重なる文獻を私すべきでないといふ見地から時代匡救の手、に外ならない。先んずれば人を制す——速に一讀して玄妙の眞理を會得し將來の運を期せられんことを望む。(申込は大日本靈學通信學校へ)

◇附録として再び得難き各 佩持の靈符を添ふ

終

