

又は

我昔所造諸惡業

皆由無始貪瞋痴

從身語意之所生

一切我今皆懺悔

(先懺悔文)

を三遍唱ふ、然ると其暗示の通りになる、此三種の大祓先懺悔文に代ゆるに、病人の信仰せる神佛に依て祈禱文は便宜代ゆを要する。

音楽暗示法

第十は音楽暗示法、之は「今音楽が聴えて来る、其れを聴くと心神が爽快になつて、病氣が癒る」と暗示をして置いて、「ヴァイオリン」或は「ハーモニカ」又は尺八等を吹いて聴かせ、病氣を癒すのである、私の所では佛蘭西より取り寄せた自動楽器を用ひて居ります。

發聲暗示法

第十一は發聲暗示法、是は病人に聲を發せしむる法で、頭の悪いのであれば「頭は爽快になつた」と心力を凝めて拾回言はせる、さうすれば頭は爽快になつたとの觀念が強まる、頭は爽快になつたとの觀念が強まれば、觀念通りに肉體は

變換暗示法

變化をして、頭は爽快になるのである。

第十二は變換暗示法、患者の人格を變へて暗示をする法である頭が不健康であれば、頭の健全の人に人格を變へる、さうして「覺醒の後には尚ほ一層頭が爽快になつて居る」と暗示をする、然ると其暗示通りになる變換法が行はるれば如何なる大病人も治ることが出来る、併し變換法が行はるゝ程度に深く催眠が進む者が少ないのは遺憾であります。

(三) 患者に必ず與ふるを要する暗示

治療を目的とする催眠者に對しては、必要不可缺の五大暗示、即ち精神を慰安する暗示、胃腸を健康にする暗示、熟眠し得る暗示、身心快活の暗示は必ず與ふるがよい。

第一に精神慰安の暗示、如何なる病人にても精神の慰安は必要である「病氣は催眠治療を行ふ方法

必要不可欠の五大暗示とは何か

精神耐安の暗示法

慥に癒ることに決まつたから安心だ、最ふ何事も心配せぬ、何事も安心する、心は平和で清かである」と云ふ類の暗示はどの病人にも必要である。

胃腸健康の暗示法

第二は胃腸健康の暗示「胃腸は健康である、食物はよく進む」との暗示は、何れの病人にも與ふる必要がある、胃腸の健康は如何なる病人にも望むことで、胃腸が健康で消化が充分であれば、何れの病氣も回復することが早いからであります。

熟眠し得る暗示法

第三は夜熟眠し得る暗示「夜はよく眠れる、夢を見ず朝迄一と眠りに眠れる」と暗示するのである、何れの病人でも夜夢を見ずに熟睡が出来れば、病人も樂であり回復も早い、輕症の病人は夜夢を見ずに、よく眠れば忽ち健全に復します。

克己力増進の暗示法

第四には克己力増進の暗示、悪いと思ふことは斷然しない、善いと思ふことは屹度する」と暗示するのである、大概の病人が病氣の爲に悪いと知りつゝ不攝

身神快活の暗示法

生のことをするから、癒るのが手間取れたり、甚だしきは黄泉の客となるのである、故に其不攝生を斷然廢め、進んで攝生法を遵守せしめ、以て早く回復せしむるのであります。

第五は身神快活の暗示であります「精神及び身體が愉快で快活である」と暗示し、患者をして愉快に快活ならしむるのである、然れば最早其人は病人ではなく健康者となつたのである。

以上五種の暗示は、何れの病人にも與ふるを要する暗示である、催眠治療を行ふときは必ず此五種の暗示を漏れなく暗示し、以て早く患者をして健全にならしむるのである、此五種の暗示は獨り治療の場合のみに限らず、健全者を被術者として實驗したる場合にも、之を準用して暗示すれば益々被術者の身心を健全ならしめ、斯術を受けしが爲に、悪影響を遺すことは絶對になくして安全であります。

催眠治療を行ふ方法

### 第二節 催眠治療受術者への注意

#### (一) 催眠治療受術者の修養法

受術する病人に與ふる修養法書

催眠治療が済んで覺醒せしめたら、直に其病人に適する修養法を話し、遵守せしむる必要がある、其修養法は私の所では紙に印刷して置き、それを一枚づつ遣ります、その文面は左の如くであります。

- 一、何日でも暇さへあれば數息觀（呼吸を深く早くして其れを心中にて一より五十迄繰り返して算へる）をなし心を清らかにして下さい。
- 二、受術に先だち神前に向ひ、心の清らかを妨ぐる煩悶の原因（若しあらば）を神に懺悔し、心を清らかにし全快を御祈り下さい。
- 三、受術中睡眠した様になつても、ならなくても、周圍の音が聞えて居りても、聞へなくなつても、雜念が起き居りても起きなくなつても、術さへ受ければ屹度幸福の人となると御確信下さい。
- 四、術を受け御自宅に戻らば、直に布團を敷き仰臥し數息觀をなし、受術したるときの様にし下さい、其儘一眠すると最も宜しうございます。
- 五、就床時起床時を初めとして、時々坐つて瞑目し、數息觀をなし後合掌して神に全快を御祈り下さい。

病氣が早く癒ると否とは病人が修養法をよく守ると否とにあり

- 六、受術の日は朝より夜寝る迄、心を平和に清らかに御持ちになり、何人をも安心させ、何人をも喜ばしむる様にして下さい。
  - 七、朝起きると直に冷水摩擦をなし、庭に出て一寸運動した後に、朝飯を喫して下さい。
  - 八、受術する日は濃き茶、コーヒー、酒の如き興奮性の飲料を避け、入浴して術者指定の時間に御出て下さい、入浴は都合上受術後にしてもよろしうございます。
  - 九、受術を一二回で廢めると不得要領に終ることが有ります、少くとも引續いて三日間一定時間に術を御受け下さい。
- 此法は一日何回も読み御實行下さると、屹度受術に依つて快活な愉快な幸福な人となる事を確く保證致します。
- 若し全快しない中に、受術を中止したり、又は他の療法を試み様と思ふ御方は、其旨を紙に記し術者に示して術者の意見を御聴き下さい。
- 此修養法を讀んだ丈で、實行せずして十回受術するより、よく之を實行して一回受術する方が、効果非常に擧ります。
- 此修養法を印刷した紙を患者に渡し、よく熟讀して御實行下さい、と念に念を推して注意しても、よく守らぬ人がある、守らぬ人の病氣は早く癒らぬ、よく守る人の病氣は必ず早く癒り重病も必ず癒る。

催眠治療を行ふ方法

(二) 催眠中の心持の誤解を除くこと

催眠中周囲の音がよく分つて居る催眠状態にて確に所病が癒る

重復をも顧みず呉々も注意すべきは、若し病人が催眠状態に對する心持を誤解して居らば夫れを正すことである、大概の病人は催眠術を受け催眠すると、夜眠つたやうな風になつて、催眠中は何にも知らなくなるとのみ思ふ、其誤解を解く必要がある、催眠すれば催眠中何にも解らなくなる催眠状態もある、又催眠しても周囲の音がよく聽えて居る状態もある、催眠中周囲の音が聽え、よく分りて居ても、聽えなくなつても、別にそれを氣に留めずに置きなさい、と如何程注意しても、催眠すれば催眠中は何も知らぬ様になるもの、との先入觀念が消えずして、術者の注意を耳に入れず、私は催眠術を受けたが何も分らぬやうに眠らなかつたから、私には催眠術が掛りませなんだ、かゝらぬから治療の効はない、と口に言ひ、又さう心に思ふ人がある、斯く思ふと思ふた通りに肉

治療の効が擧ると否との分岐點

體はなると云ふ原則によりて、治療の効がなくなる、故に其誤解を除く様に注意することが最も肝要である、此誤解を上手に解き、病人をして受術中、周囲の音がよく分つて居りても、何も分らなくなつても、何れでも氣に留めずに施術さへ受けければ、それで屹度自分の病癖は治する、と確信せしむることを得ると否とが、治療の効果が擧がると否との改るゝ所であります。

(三) 催眠治療を受け効なきは受術者の罪である所以

受術者の信念と決心とが充分でないと効果があるが擧がらない

催眠治療を受けて効がないのは、受術者の信念が不充分であるからである、又は何か誤解せし故である、自我を働かし術者の暗示をよく受け入れぬからである、催眠が思ふ程度に進まず、効果が充分に見えないのは、受術者自身の罪である、と覺悟して一生懸命になりて修養し、此術で癒らざれば一生病人で暮さな

催眠治療を行ふ方法

ければならぬ、否な死ななければならぬ、と云ふ決心を以て受術すれば、重き病癖も忽然として必ず癒る、左に其一例を擧げて參考に供しませう。

催眠治療の途なき病人に非ざれば受術せぬが

「黒住教祖の門弟某、背に瘍を生じ、全背黄膿、家人之を見て嘔吐を催す程となつた、家族は日々勤めて云ふ「醫師を喚べ」「外科手術を乞へ」「灸を以て焼け」と、前後左右から勧める、處が本人が言ふ様、黒住先生の教には、苟も神を信するもの、苟も信仰あるものは如何なる病たりとも、神の力によつて癒る、と仰せられた、されば決して他人に治療を乞ふには及ばない、と云つて日々静座して、神を念じて居つた、十日許り経つて病多少よくなりしかと思ひ、家族に餘程よくなつたか見て呉れと云ふ、家族見て未だ少しもよくなりないと云ふ、某大に恥じて云ふ様、ア、我はそんなに信仰薄きものか恥かしい、と又静座信念を凝らすこと十日、又家人に聞く、家人未だ癒らぬ、と云ふ又自から責めてア、そんな信仰のない人間か、實に恥かしい、と云ひつゝ、又十數日信仰を凝ら

した、すると段々全快に赴ひて、とう／＼自分ですつかり癒してしまつたと云ふ。

二三十回の受術を要する場合

催眠治療を受けて病癖を癒さんとする病人は、此心掛と此決心とがなければならぬ、二三回の施術で全治する病人數多あるも、病症によりては二三十回の施術を要する、二三十回の施術を要する病人でありながら、二三次受術せしのみで全治せざる時は、受術を癢め他の療法を試みよう云ふ間違つた考を抱き居ると認めたら、施術を初めから断るがよい、先づよいと思ふ治療を行ひなさい、而して他に治療の途はない時に限りて御出でなさい、然れば必ず全治せしめて擧げる、と云ふて断然謝絶すべきである。

二三十回の施術を要する病人にして、二三次受術して癒らぬとて他の治療に轉じ、又其治療にても癒らぬとて、又他の治療に轉ずる、斯くて如何程轉々しても癒らぬ病人がある、斯く輕々しく轉々すると、何れも皆不得要領に終る、故

催眠治療を行ふ方法

に信賴すべき術者を定めて、それに依て必ず全治せしむる迄受術することが必要である。

(四) 何事にも感謝の念なき病人は煩悶

多くして癒り難い所以

自分勝手の強い病人がある、恩を恩と思はぬ病人がある、今日一日生命を全ふするを得たるは誰の御蔭であるかを、思はぬ人がある、君主の恩、國家の恩、父母の恩、同胞の恩を知らぬ人がある、斯る人は何でも自分の働き一つで此世を安全に暮して行くことが出来るかと誤解をして居る、若し君主、國家、父母、同胞の恩がなければ、一日も身を安全に保つことを得ざるを知らぬ人がある、家でも衣服でも食物でも、多く人の手を煩はして成つたものであることを氣附かず、感謝せずして不足のみを思ふて不平を唱へ、煩悶して居る人がある、家

君主國家父母同胞の恩を知らぬ人は煩悶が絶えぬ

不平を言ふ病人

族の者が自分の爲に盡して呉れたことを思はず、自分の思ふ様にならぬことをのみ棒大に考へ、不平をのみ云ふて居る人がある、家族が如何程其人の爲めに盡しても少しも感謝せず、餘りに不平をのみ云ふて居るから、終に家族の者も其人の爲に盡さなくなる、益々煩悶する、終に病的になる、病人は總てのことを感謝すると心が平和を得て、煩悶は少なくなり肉體は總て健全となる、又術者の骨折を骨折りと思はず、不平をのみ云ふて居る人がある、術者は非常の同情を以て、其病人を救ふてやり度いと熱烈に精神力を働かせんとするも、病人が術者の骨折を骨折と思はず、術者に向つて不謹慎の言語を漏す様なことがあると、終に術者の精神の統一が亂れて治療を完全になし能はざるに至ることがある、それは病人の罪に非ずして誰の罪でありませう、依之病人は術者の精神の統一を妨ぐる言語は堅く慎み、總てに感謝するを要します。

催眠治療を行ふ方法

(五) 術者の注意を遵守する程早く癒る

道理

術者を誹る  
術者

病人中催眠治療を受け、癒らぬは病人其人の罪である、然るに茲に氣附かずして、病人中術者に向ひ、不謹慎の質問をなすものがある、又は影で術者を誹る病人がある、斯る病人は決して癒らぬ、病氣を重くしたい病人、早く死に度き病人は術者を誹るがよい。

催眠治療は術者の暗示通りに心を持ち直して、初めて効があるのである、然るに術者の暗示に反対の考を起せば、癒らぬは當然である、之れ恰も神佛を嘲りて神佛の靈顯見えざるとして、神佛を罵るに異らぬ又病人中には術者の嘲した修養法をよく守らなんで、私はよく催眠せなんだとか、治療の効が見えなんだとか云ふ人がある、さう云ふ人は法律を守らぬ者に勳賞を與へざりしとて惡口し、

術者の命を  
守らぬ病人  
は國法を守  
らぬ人民と  
同じである

罵言するに異らぬ、法律に人の物を盗むと竊盜罪に處すと規定しある、然るに其法律を無視して人の物を盗み竊盜罪を犯して、私に勳賞を與へざるは吾人を欺した者であるとして、大いに怒らんか、誰が其人の愚を笑はざるものがありませう、催眠治療を行ふ場合に、病人が術者の暗示を守らざるは、即ち人民が法律を守らぬと同じである、術者の命を守らずして受術せんが、之れ獨り其人の病癖が癒らざるのみか、術者の腦中に一種云ひ得ざる惡觀念を印象する、術者の命を守らぬ病人術者の許に來り、只施術室に入りし丈で、其惡影響は他の善良なる病人に感應し、術者の信念に波及し、其及ぼす害の甚だしきこと實に寒心すべきである、故にヒヤカシ的に催眠治療を乞ふこと、又はヒヤカシ的に施術を見聞する事は、絶對になすべからざることである、併し精神の曲つた病人に對しても、術者は惡感情を抱かず、さう云ふ縁なき衆生をも濟渡し、幸福なる圓滿の人に感化せんと努むべきである。

催眠治療を行ふ方法

### 第十二章 自己催眠法

#### (一) 自己催眠は静座法より行ふに易く

効果が多い所以

自己催眠は精神修養法及健康法として妙である  
自己催眠は禪座より行ふに易く効果が多い

自己催眠は自分で自分を催眠せしむる方法である、自己催眠にて自分の病氣が癒り、自分の悪癖が矯正され、且精神修養法健康法として行ふは易くして、効果が非常にあることが一般に知られ、近來自己催眠の研究が非常に流行して來た精神修養法として、座禪を行ふも定に入ることには非常に困難であるが、自己催眠によれば直ぐ禪定と同様の状態を得らる、依て自己催眠は俗間に行はるゝ呼吸法静座法に比するに、其効果は非常に大である、自己催眠にては修養次第千里眼さへ行ひ得る力あるを以て見ても知るべきである、依之近頃紳士淑女

間に自己催眠は大流行となりました。

#### (二) 自己催眠にては暗示を如何にして

なすか

自己催眠にては自分を催眠せしめ、自分で自分に暗示をするのであるから、暗示はごうして行ふか、暗示は三段に區別して行ひます。

第一は催眠前に暗示を行ふ、即ち自己催眠に着手する前に暗示をする、例へば「今自己催眠を行ふ、之を行へば自分の脳神経衰弱は癒す爲め自己催眠を行ふのであれば、先づ瞑目合掌して神を祈り「今自己催眠を行ふ、之を行へば自分の脳神経衰弱は癒して健康になります、様に」と心力を凝めて黙禱すること數回、之が催眠前に行ふ暗示であります。第二は催眠中に暗示を行ひます、自己催眠に依つて精神が鎮靜したときに「今これに依つて自分の脳神経衰弱は癒る」脳神経衰弱は癒りて健全になる」健全になる

自己催眠法

催眠中の自己暗示法

催眠前の自己暗示法



る」と強く観念するのである、其場合に症候を一々観念すると宜しい、例へば頭が不明快で意思薄弱で應接が下手であるとすれば、之に由て「頭は明快になる」意志は強固になる「應接は上手になる」と強く観念するのである、さうすると其観念の通になります。

第三は催眠後に自己暗示を行ふ催眠が済み覺醒したら、直に瞑目合掌して神を祈り、心力を凝め言語に力を含めて、「脳神経は健康になつた」脳神経は健康になつた」と強烈に發音するのである、其發音暗示をするときは、手を堅く握つて上下に打振りつゝ行へば、其効果は最も多くあります。

(三) 自己催眠時間は如何にして定むるや

自己催眠は自分で自分を催眠せしむるのであるから、催眠時間はごうして之を定むるかご云ふに、一時間催眠しようと思はゞ「一時間の後に覺醒する」と堅

催眠後の自己暗示法

自己催眠中の時間

く観念して自己催眠に着手するのである、又時計が何時を報じたら覺醒しようと思はば「時計が何時を打てば覺醒する」と観念して自己催眠に着手すれば、如何に深く催眠し居りても、其時を報ずると直に覺醒します、催眠が浅いときには何時でも醒めやうと思ふ時に醒めることが出来るが、催眠が深ければ豫定の時間が來なければ醒めませぬ。

(四) 自己で自己を催眠せしむる方法

自分で自分を催眠せしむるにはごうして行ふか、是は術者が被術者を催眠せしむる法を自分で自分に行ふのである、語り自分一人で術者となり被術者となるのである、他人に施術する方法を自分で自分になし得るだけ行ふのである、其要點を摘んで申ますると、静な室の中央に蒲團を敷き、其上に仰臥し兩手を兩側に垂れて堅く握り、兩足を伸し兩足に力を入れる、斯くして五分時を過ぎて

自己催眠と他人催眠との相違

両手の筋を緩める、又二三分過ぎて両手を堅く握る、兩足を強く固める、呼吸を深く荒くして其呼吸を心の中で一から五十まで繰り返して數へる、それを數へること約十五分時間位して、後は反對に呼吸を靜に、殆ど留めて居る様にして居り乍ら、兩手の筋と兩足の筋とをすつと緩める、斯くして次の如く觀念するのである、「頭の血は足の先へすつと下る」……「下る」心はすつと鎮まる……「すつと鎮まる」……「すつと鎮まる」と觀念する、其場合に催眠中の自己暗示をするのであります、さうすると精神が暫時鎮まつて、手や足を動かすのが嫌になつて来る、恰も手足の血の循環が止つた様に思はれることもある、さうして其時に精神は尙すつと鎮まる、鎮まると觀念をして居る、と尙一層催眠は深く進んで何も分らなくなる、さうなれば顯在精神は全く無想となりて、潜在精神のみが活動して居る状態になつたのである、それが即ち理想の深い催眠状態である、此理想の深い催眠状態となれば、居ながら遠方の状

自己催眠の方法

況を見たり、死した兩親と嘶しをしたりすることも修養次第によりて行はれます。

### 五 自己催眠者は如何にして覺醒するか

自己催眠状態にある人は、自分で自分を如何にして覺醒せしむるか、深い催眠状態となつて居れば、豫め定むる處の覺醒條件が到達すれば直に覺醒する、時間定めて何時に覺醒すると定めて置けば、其時間が來れば覺醒する、又時計の時を報する音で覺醒する、催眠が淺ければ何時でも覺醒せようと思ふ時に覺醒することが出来る、覺醒するに、徐々に靜に次第々に覺醒することが肝要である、先づ第一に足の先から次第に上の方へ覺醒して來ると觀念し、足が動くやうになつたら、次に手が覺醒すると觀念し、手が動く様になつたら、次には腰から胸が覺めると觀念し、次に顔から頭が覺めると觀念し、最後に目を

自己催眠覺醒の順序

自己催眠法

開くのである、覺醒法上特に注意すべきことは、先きに目を開き其後に手足を動かすことは逆である、手及び全身を先きに覺醒して、最後に目を開くのが順序であります。

(六) 自己催眠にては如何なる病癆が癒るや

自己催眠の効力は他人催眠の効力と同じである、只他人催眠の場合の如く効果が顯著でない、故に他人催眠の場合に癒し得る病癆は悉く或る程度までは癒すことが出来る、又他人催眠に依りて現はるゝ大概の現象は現はすことも出来る、藥物を用ひても癒らん病癆を癒すことが出来る、然しながら幻覺醋覺の如き、千里眼の如き、不思議な現象が現はるゝ深い催眠状態となることは、長く深く研究しなければ成功しませぬ、又其人の天性によりては、其の域に達することは非常に困難である、然し單に精神を修養し、病癆を癒し得る程度の催

自己催眠で藥物無効の病癆が癒り不思議の現象が現はる

獨習で確に成功する

眠状態には、何人にも、少し研究すれば必ずなれる、自己の獨習で思ふ様に成功せぬ人は、術者に就き施術を受け、自己催眠の成功する暗示をして貰ふ、と成功することが容易である、尙自己催眠につき詳しいことを知りたい御方は、拙著「自己催眠」を御覧になりますれば、自己催眠の原理、方法、効果に就ては十分に御了解になることゝ存じます、茲には單に自己催眠の要領をほんの一口御話したのであります。

秘密獨習成功保證女催眠術終

催眠術の研究ほど世に急務にして、  
大切なる者は他にあらず。

(グラットストン)

醫師にして若し催眠術を知らざれば  
社會に對しては最大責任を欠き、自  
身は自己の義務を怠り居れり。

(ハルンハイム)

大正六年十二月五日第一版印刷  
大正六年十二月十日第一版發行  
大正七年四月廿五日第十版印刷發行

秘密保護 女催眠術奧附

並製五拾錢上製八拾錢



著者兼發行者 古屋景晴  
東京市芝區琴平町三番地

印刷者 新井由藏  
東京市京橋區木挽町二丁目十三番地

印刷所 新電堂  
東京市京橋區木挽町二丁目十三番地  
合資會社

發行所 東京市芝區琴平町三番地  
精神研究會

電話新橋一八七五番  
振替貯金口座東京三三五二番

大賣捌所 東京市本郷區元富士町文光堂  
東京市本郷區元富士町

東京市本郷區元富士町

# 精神研究會發賣書目錄

農商務省新案登錄濟

●**複式催眠球**

八價郵稅共  
拾四錢共

古屋鐵石著  
●**新案神經衰弱獨療法**

貳價郵稅共  
拾貳錢共

●**催眠術教授治療案內書進呈**

井上圓了博士序 大野美惠丸著

●**催眠學 習 講 話**

九價郵稅共  
拾貳錢共

術新論 薰

米國製模造品 (臺灣清國は送料參拾錢)

定價五十錢  
送料拾貳錢

●**プランセット**

東久世伯爵題 高波博士序 古屋鐵石著  
●**催眠術獨習古**

四價郵稅共  
拾四錢共

八册合卷總クローヌ金文字入

●**精神新報**

合綴 價小包料共  
壹圓貳拾錢

高等 催眠學

●**施法編合册**

九價郵稅共  
拾錢共

古屋鐵石著

●**催眠宗教論**

四價郵稅共  
拾四錢共

古屋鐵石著

●**腦及神經記憶力增進術**

四價郵稅共  
拾四錢共

●**健全法と**

●**坐禪獨習法**

四價郵稅共  
拾四錢共

古屋鐵石著

●**自己在催眠**

並製四拾八錢  
上製七拾四錢

●**驚地**

●**反抗者催眠論**

四價郵稅共  
拾四錢共

●**驚大**

●**宗教奇蹟研究**

四價郵稅共  
拾四錢共

●**男女運命豫知術**

伊藤公爵題 井上圓了博士序 古屋鐵石著

四價郵稅共  
拾四錢共

●**驚神的大魔術**

嘉納講道館長題 松本博士序 古屋鐵石著

並製六拾四錢  
上製九拾八錢

●**氣合術獨習法**

東久世伯爵題 古屋鐵石著 金文字入上製七拾八錢

五價郵稅共  
拾四錢共

●**應用家庭禁厭術**

東久世伯爵題 古屋鐵石著 金文字入上製七拾八錢

四價郵稅共  
拾四錢共

179  
924

終

