



催眠心理学丛书

百岁催眠大师力作

催眠 秘笈

C U I M I A N M I J I

徐鼎铭 著

山西出版传媒集团 山西科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

催眠秘笈 / 徐鼎铭著. —太原: 山西科学技术出版社, 2016.1

(催眠心理学丛书. 第1辑)

ISBN 978-7-5377-4922-0

I. ①催… II. ①徐… III. ①催眠术 IV. ①B841.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 260096 号

催眠秘笈

出 版 人: 张金柱

策 划 人: 张守春 王跃平

著 者: 徐鼎铭

责 任 编 辑: 王跃平

助 理 编 辑: 冉宏伟

责 任 发 行: 阎文凯

封 面 设 计: 岳晓甜

出 版 发 行: 山西出版传媒集团·山西科学技术出版社

地 址: 太原市建设南路 21 号 邮 编: 030012

编辑部电话: 0351-4922134 0351-4922107

发 行 电 话: 0351-4922121

经 销: 各地新华书店

印 刷: 山西嘉祥印刷包装有限公司

网 址: www.sxkjscbs.com

微 信: sxkjcs

开 本: 720mm × 1010mm 1/16

印 张: 11

字 数: 117 千字

版 次: 2016 年 1 月第 1 版 2016 年 1 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5377-4922-0

定 价: 30.00 元

本社常年法律顾问: 王葆柯

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。

编委会名单

学 术 顾 问：胡佩诚 蔡雄鑫

编委会名誉主编：张伯源

编委会主任、主编：汪卫东

执 行 主 编：张守春

副 主 编：徐 斌 杜文东 胥洪模 汤姆·史立福

蒋 平 马春树 荣新奇 格桑泽仁

邵启扬 连 峻 王 歌

编 委：（按拼音顺序排列）

陈榆生（山西） 杜文东（江苏） 房子墨（广东）

格桑泽仁（四川） 贺连津（陕西） 黄大一（台湾）

蒋 平（广东） 孔德方（河南） 李保生（山西）

李 嘉（甘肃） 李笑燃（内蒙） 连 峻（香港）

马春树（北京） 秦大忠（湖南） 荣新奇（湖南）

沈 健（吉林） 汤姆·史立福（美国）

邵启扬（江苏） 田 勇（山西） 汪卫东（北京）

胥洪模（北京） 徐 斌（江苏） 张伯源（北京）

张守春（山西） 祝华平（山西）

总序

在“催眠心理学丛书”出版之际，执行主编张守春先生让我以主编名义为丛书写一个总序。提笔之前，我已深陷对中国临床心理学目前发展处境的几点忧虑。

其一，中国的临床心理学发展之难。

改革开放近四十年中，中华大地发生了天翻地覆的变化，自然科学、人文社会科学、应用科学，包括医学事业、文化产业，无不蓬勃发展，遗憾的是，相对于其他任何一门学科，临床心理学可能是发展最慢的一个。与此成强烈反差的是，最近几十年，中国经济高速发展，经济总量已位居世界第二，快节奏的生活，工作压力，带来人们心理疾病的急剧上升。

中国有14亿人，约有综合性医院20000多家，中医院3000多家，按照国家千人拥有医生数的平均水平算，应至少

有 200 万左右注册医生，可目前这些医院中有多少“精神科”或“心理科”？其中的医生中又有多少真正懂心理治疗或者做心理治疗的？这在中国没有统计数据。

1997 年的“统计结果”显示：我国每百万人口中心理学工作者的数量仅为 2.4 名，国际卫生组织资料显示：在发达国家和中等发达国家，每 1000 人中就有一个心理咨询师，而美国在 1991 年时，每百万人口就已拥有 550 名心理学工作者。卫生部的一项数据资料表明：目前我国各种心理和精神疾病患者达 1600 万，约占总人口的 1.2%。1.5 亿青少年中有各种学习、情绪和行为障碍等心理健康问题的人约 3000 万。国家有关部门在制定小康社会的 10 大标准中，也把每 1000 人中有 1 个心理咨询师作为一项重要的小康指标。

目前，国内已经通过国家执业资格鉴定并正从事心理治疗工作的从业人员不足 3000 人，至今全国取得心理咨询师（包括二、三级）资格的人数达到 39 万，其中真正能做心理咨询的不到五分之一，而中国心理咨询师真正的需求量约在 100 万左右。中国人不太习惯看心理医生，而在国外，看心理医生就像看头疼感冒，并且纳入医保。国外综合大学都有心理系也开设催眠学课程，而中国大学开设催眠课程的屈指可数。这乃中国临床心理学发展之难！

其二，中国的本土心理学发展更为艰难。

潘菽先生在《建立有中国特色的心理学》一文中，首次明确提出

建立有中国特色的科学心理学的目标及途径，被认为是发展我国心理学的纲领。他在提出中国心理学的改造与创新问题上，高屋建瓴地要求必须做到四个方面：即坚持辩证唯物主义的指导思想；理论联系实际；古为今用；洋为中用。潘菽一向最为关注的是我国心理学的发展方向和道路这样一个根本性的问题。他对于发展我国心理学有一个最基本的思想，这就是：我国心理学必须走我们自己的路，建立具有中国特色的科学心理学，以便能更好地为我国的社会主义事业服务。这是他为我国心理学所作出的带有根本意义的贡献。

毋庸置疑，潘菽先生的以上思想，实质上就是一个本土心理学的建设或心理学本土化问题。结合目前我国临床心理学的发展现状，让人遗憾和令人担忧的恰恰是当年他提出的这个根本问题没有获得真正的解决。无论是临床心理学的基础研究还是临床心理学的应用研究无不如此！照搬国外临床心理学的思想、理论、方法和技术，不能在临床心理治疗当中，考虑我国几千年的传统文化、中医文化和现实的政治、经济与生活背景，是我国临床心理学发展滞后的根本原因。

而很多心理学家不以为然，把临床心理学发展滞后的根本原因一味地归因于外界其他因素，这是危险的。这里我再次提出以下几个问题请读者思索：

问题之一，中国历史几千年，临床心理学为什么没有独立发展？

问题之二，国外处处是教堂，中国为什么没有？

问题之三，国外心理诊所遍地都是，如果中国心理疾病和心理问题从总量上看，跟国外应该没有根本区别，那么中国的这些人到哪儿去寻找治疗了？中国的临床心理医师队伍为什么难以发展？中国的心理咨询为什么难以为继？

一个根本的问题，中国的临床心理学几乎没有本土化！外来的心理治疗“不服水土”，难以本土化与中国教育体制下培养的临床心理学学生知识结构有关，难以将中国传统文化、社会风俗、生活习惯与心理学整合！可喜的是，本土化已被越来越多的人所接受，并正在探索具有中国特色的临床心理学。

其三，中国的催眠心理学发展之难。

目前在世界临床心理学发展过程中，精神分析学派、行为主义、人本主义心理学影响最大，被称为心理学的三大主要势力，而在这三大势力之中，精神分析疗法、认知疗法、行为疗法也成为临床心理学应用的三大主流方法，催眠心理治疗根本就不在其中，不是临床心理学使用的主要方法，研究者也非常之少。在民众眼中，催眠术被玄术化、神秘化，难入科学正殿。

其实中国古代有关导引、吐纳、炼丹、守神、存想、静坐、坐禅等都与自我催眠有关，如果从这样一个角度来理解，中国的导引、吐纳、静坐、坐禅无论是理论还是方法、技术都要比西方催眠术的内涵与外延要丰富得多。在几千年前，中国人研究的高明之处，就已经

告诉人们一个基本的科学事实：暗示的本质是自我暗示，催眠的本质是自我催眠！

遗憾的是，几十年来，中国不仅没有成立催眠专业学会（协会），发行专门的催眠杂志，就连关于催眠研究的文章也少，更没有催眠研究项目的经费支持，从事催眠学术研究的专门人才凤毛麟角，在中国从事催眠学术和应用研究很难！

其四，出版学术水平较高的催眠心理学系列著作很难。

中国国内 1949 年以后正式出版的催眠术著作，据不完全统计有 130 余本，涉及 80 多家出版社，其中翻译出版国外 46 本，以美国、日本为多。国内作者的催眠术著作中，少有高质量的，内容多有雷同，抄袭明显，甚至还难以超越一些民国时期的催眠术著作，这也是我们计划注释再版民国催眠术著作的原因。

整体分析看，出版社没有系统的出版规划，大多零星出版，且出版的催眠术著作难以全面反映当今世界催眠术发展的主流和概貌。

催眠术经过 200 多年发展，已经进入一个科学催眠时代，中国需要跟上世界催眠发展的步伐，中国的心理治疗和心理咨询需要行之有效的催眠术。遗憾的是，由于各种原因，在目前的中国，要出版学术水平较高的催眠心理学系列著作，一般人不敢问津！此所谓，出版学术水平较高的催眠心理学系列著作很难！

回想 1985 年，我开始攻读中国中医研究院针灸研究生，并涉略中

国传统导引、吐纳，其后陆续在杂志上发表了自我暗示与自我催眠和导引、吐纳相关的文章，1990年在广安门医院建立了“气功心理室”。后来又在北京举办过催眠学习班，聘请马维祥老师和当时日本催眠学会理事长加藤隆吉先生讲课。1992年我又去日本参加日本催眠学会年会，1994年又赴日本研修，再次涉及催眠。这么多年来一直在广安门医院心理科从事导引、吐纳与催眠心理的临床研究，沉浸于催眠领域已有26年了。

令人担忧的是目前中国催眠学界鱼目混珠，良莠难分，出现了一些“灵修”、“催眠前世”、玄术化等不良现象，甚至诱发了犯罪。

2012年春的一天，张伯源老师打电话告诉我：山西张守春先生和山西科技出版社拟策划出版一套催眠心理学丛书，要组织一个编委会，张老师推荐，希望我来出任主编。我初步答应了此事，并专门赶到山西参加“催眠心理学丛书”编委会议，与张守春先生和出版社王主任面谈，同时认识了编委会的成员，感触颇深。正是这次山西太原之行，坚定了我参与这件事的决心，原因之一是张守春先生对催眠学的执著追求，他几乎搜集到了中国已有的从民国到现在在中国出版各类催眠书籍（包括翻译的国外催眠书籍），可能家中已经是中国一个最大型的催眠书籍图书馆了；原因之二，张守春先生组织了全国心理学界（包括港台）几十名专家和教授，组成编写委员会，并且在比较国内外催眠心理学界学术的同时，认真研究了我国催眠心理学发展

的过去、现在与未来，提出了初步的编写方案，这在中国历史上尚属首次；原因之三，山西科技出版社对出版这套催眠心理学丛书从社长到编辑的强力支持。但这次“晋遇”之行，我也深切感到催眠心理学业界的问题依然较大，离我们想象的催眠学术还相距甚远。也正因了这份责任和义务，在编委会议上，我谈了对催眠心理学的一些观点，提出了关于编写丛书的思路，得到了编委会专家学者的基本认可，更加坚定了我的信心。

借此催眠心理学丛书出版之际，我和我的同道们殷切期望它在中国催眠心理学乃至在世界催眠心理学发展史上达到以下目的：

1. 对中国乃至世界过去的催眠心理学术发展作一次认真的总结，提取对中国临床心理学和催眠心理学未来发展有益的历史经验与学术精华。

2. 全面、系统地展示国内外催眠心理学的理论、催眠诱导方法和临床治疗技术，为探索我国催眠心理学理论研究的方法和技术提供借鉴。

3. 向大众普及催眠心理学的科学知识，促进催眠心理学在各行各业的应用；同时，提升催眠心理学的学术理论水平，进而促进我国催眠心理学理论、方法和技术的全面发展。

汪卫东

于北京开阳里

总序 7

自序

我年轻时肄业于圣若瑟中学，读至心理、生理两科而悠然神往，卓饶兴趣。及长，习法学于国立广东法科学院，读至法医卫生，辄思于精神上求一修养却病之法，并可以直接感应，为他人矫除一切精神病患，训练身心、感化愚顽。听说精神学能致斯效，且有出乎臆想之外者，遂攻精神学术，专心致志，垂五十余载。

最初以精神治疗服务于汕头、上海、青岛、广州各处精神病院，谬蒙政府奖许，颇得社会好评。旋随鲍芳洲博士赴日深造，并随地考察，专门实习，潜心体验，觉彼邦对于精神学的实施成绩至为可惊，乃益加攻研。战前归国，承乏汕头市公立精神病院院长、上海中国精神医学院教授、中国吃音矫正院院长。并先后承广东省警官学校、宪兵司令部军官研究班，第七战区第四路军补充旅司令部，陆军

独立第二十旅教导队当局聘任为精神学教官，爱本所学，编着讲义，参和实验，随手登录。学期告终，不觉积稿盈寸，同事、同学暨各界有志人士，咸来索阅，并敦促公开印行，以广流传。因不付谏陋，汇集多年，再充实内容而编成讲义小册数本流传。

精神学之成为专门学问由来已久，近考东瀛，远稽欧美，莫不学者云兴，孜孜研究而卓著成效。例如日本冈田喜宪氏等用以训练军警，拿破仑用以练兵，皆奏奇效；苏联初用于疗病，继用于人才训练而得以行政集中。加拿大卫生委员会欧战时应用于参加战事工作，救济军中弹震精神病，其应如响。法国野战高等神经病院聘英国精神学家布拉文博士实施精神治疗，成绩昭著。此外，美国、德国、比利时等诸国，对精神训练也很注重。美国辛克莱夫人已实验成功心理无线电；柏林卡尔布鲁克博士做心灵感应术之神验；英国医疗协会的专家更完成一项为期 18 个月的调查，在《英国医学杂志》发表精神学催眠术的治疗成果。德国外科医师李克氏则应用在医院之割治手术，证明斯学已由理论而实行，尤足以打破“催眠”为玄学之偏见。

精神学为集合心理学、生理学、哲学三科而成之科学，其源甚远。古时，宗教家甚至尝试借以成立宗教，如希腊、罗马、以色列、波斯、埃及、印度诸古国，早已发现重视精神学现象，唯上古人民智识简单，误入迷信，奉为秘宝，不甘授人。迨民智日开，科学渐兴，至西历 1766 年，始由德国医师麦斯麦尔创行动物磁气术，旋由其高足赖福探赴英国实验，引起全英医学士群起研究。1853 年流行至法国，传播至瑞士、日本。至近世尤推美日为最盛，而精神学之

价值更日高一日，其效用亦愈显著。我国则自民国六年始由鲍芳洲博士输入，先后经余及各专家之提倡，颇令国人注意，唯知者虽多，而学者尚少。我国斯学效益广博，不忍坐视沉潜莫兴，故奔走呼号，竭力提倡，除将经验实绩与现代需要，于1958年12月，在阳明山庄革命实践研究院台湾省建设问题研究会第二期作专题研究总结报告，提供当局作为实施社会建设、防止精神疾患之参考，今更将多年研究所得，以及零散讲义、小册等重加整理、编辑，成为《催眠秘籍》一书，作为有心一探催眠奥秘，以及排斥催眠、视为迷信者的入门。我相信，多数人的疑惑均可在书中找到答案。对于习惯看电视，以为催眠只有外国人才会者，此书或可令他们了解国内也有研习催眠、精神人电疗法数十年的人士，如果自己愿意，勤加练习，也可成为催眠高手。

近代研究显示，催眠不但为精神学一环，由于须自丹田运气，实际上是一种高级功法，其功能足以影响潜意识，可说是持平之论。由于年事已高，而传承弟子有限，因而将毕生心得，委由元气斋出版社整理付梓发行，非敢博求虚誉，但愿抛砖引玉，使精神催眠学广泛于生活之中，强身助人，余愿足矣。

白石山农 徐鼎铭

1997年元旦

导 读

徐鼎铭先生是我国早年推广催眠术的先驱，生于清末，号坦然，笔名白石山农，广东省揭东区新亨镇白石村人。中学时期，跟随鲍芳洲博士函授学习催眠术，大学毕业后又到上海参加面授，得鲍芳洲博士真传，毕业后留在中国精神研究会设立的鲍芳洲催眠术疗养院，随师出诊，能任教任医，并巡回东北。后留学日本专修精神学科。民国时期曾任中国精神学院研究所所长、汕头市公立精神院院长、中国吃音矫正院院长、上海精神医学院教授中国精神医学院教授、广东警校及宪兵司令部精神学教授、陆军第七战区政训处主任、陆军独立第二十旅教导队精神学教官等职，医迹遍及上海、广州、香港、汕头、四川、重庆、青岛等地，期间鲍芳洲任香港精神学院，徐鼎铭主广州精神分院，

每逢周日，即在香港举办港粤周末班讲座，在鲍芳洲领导下，由徐鼎铭作主讲人，学者甚众。

1947年徐先生赴台湾后，历任台南家政专校、南营工专、正修工专、中国文化大学等大专院校教授。应聘讲学于东海大学、屏东师专、高雄医学院、台湾大学以及中史侨务委员会。徐鼎铭先生对于精神修炼、精神治疗、心理学、催眠学、精神侦察学均有研究，有多种著作出版。主要有《训警精神学》《高等应用精神学》《精神学新集》《催眠学及其应用》《催眠术与精神治疗》《中华民国超心理学丛书》《实验精神催眠学参阅教材》《精神实修专辑》《精神人电疗法》《超心理学医案》《超灵精神学总揽》《精神人电讲座增光（初集）》《精神人电讲座增光（二集）》《中国精神学》《催眠灵疗精神人电研习成果汇集》《新增精神万能集》《中国精神学人电疗法专辑》《超心理学立于现代国防上的重要性》等，在90岁高龄之际又出版《催眠秘笈》。

徐鼎铭在台湾续办中国精神研究所，并在屏东创办精神学训练班，实施精神学教授和治疗，教疗兼施，赓续不辍。1977年在台湾地区发起创办中华民国超心理学研究会，任理事兼精神治疗研究实验室主任，主持精神治疗研究讲座，后担任名誉理事长，在百岁之年还教授催眠，浸淫催眠80余年，被台湾媒体称为两岸唯一国宝级催眠大师。

纵观全书，既有徐先生本人毕生心得，如催眠必成十八法，也有催眠初级知识，催眠历史，催眠前准备，世界催眠大家的催眠方法，普通与特别催眠法，催眠训练和催眠师应遵守的道德规范列条说明；既有民国时期催眠术的代表性技术，也有徐先生多年自己的经验总结，适合不同的催眠学习者阅读。本书强调，催眠师的内气与德性，应平日坚强修炼，才能有强大的精神力，以精进催眠之功力，另外，催眠手印（诀）的运用，也是其催眠术的特点。

本书作者徐先生追随鲍芳洲多年，对照民国版书，其中不乏鲍芳洲观点及当时催眠术著作的痕迹，阅读本书，可以了解从民国到现代，催眠术在台湾传播的印迹。

有以下几点需要商榷：

第一，关于催眠与气功。徐先生在自序中，用“影响潜意识的高级气功”作为标题，认为“催眠不但为精神学一环，由于须自丹田运气，实际上是一种高级气功，其功能足以影响潜意识”，可见其对催眠与气功的关系认知，作者是将催眠等同了中国的气功，这也部分吻合了大陆一些学者的观点。中国古代的导引，现代称为气功的即是东方的催眠术，与西方的催眠术有异曲同工之妙。

实际上，催眠与气功既有类同也有区别，早年就读于中国中医科学院针灸专业，既研究气功也研究催眠术的汪卫东教授，也是本丛书的总编，对此有独到见解，照录他的观点如下：