

爾鏡催暝濛

電鏡催眠法

目錄

記錄底起因	(一)
講授一 電鏡	(四)
講授二 原理	(七)
講授三 狀態	(十)
講授四 識別	(十二)
講授五 修養	(十六)

頁數

講授六	暗示	(二十)
講授七	施法	(二四)
講授八	醒覺	(三九)
講授九	治療	(四二)
附章子長君報告書一件		(五四)

電鏡催眠法

記錄底起因

楊萍子女士

民國九年五月十日那天，我隨著外子萍客，從津浦鐵路搭火車，往北京去。在車裏坐著，覺得很是無聊。天氣又熱得利害，幸虧坐的地方，還靠著車窗，乘著風，倒涼爽一點。一路上的山水林木，一溜煙地跑過眼前，覺著很有些興趣。我們正在賞玩風景的時候，忽然有一個人，從別個車廂裏走過來，見了萍客，就緊緊的握著他底手，說個不休。隨後由

萍客介紹我，纔知道他是萍客的老朋友；姓韋，號叫做子長，是浙江省人，在河南省城就幕。他從前和萍客是常常走攏來的，後來分別開，彼此都沒有通信，說是差不多有十年了。巧啦！今天在火車裏碰著，可不是他鄉遇故知麼？我這一回底記錄，是把他們邂逅相遇的一場高興，形容出來麼？不是他們底朋友交情，管他甚麼。諸君不要著急，不過首先把這個原因，輕輕揭起來，那主意重在他們最後三點鐘的談話。這一場說話啊，很能夠引起我們研究學術的興趣。所以記錄起來，供給諸君研究研究。諸君也會聽過周朝穆王的時候，西極之國有化人來，能入水火，貫金石，還說能夠乘虛不墜，甚麼反山川，移城邑，都可以的。

麼？像這一種奇怪的事情，後來在書籍上，也是常常看見的。諸君若是通通看作說謊難信的話來抹煞他，就對了「中國人無研究性」的大毛病了！我想那些事情，雖然是做書傳的人，故意給他張揚，然而也未必盡屬無稽之談。這種現象，和在今日大吹特吹的催眠學裏頭，略有點相近的地方。諸君愛研究嗎？不妨把後頭記錄的講授，用一點功夫，研究一下，就能夠領會催眠術底學理，方法，合應用了。無論甚麼奇怪，怪地現象，也可以明白一點了。我記錄的本意，原是為著有志之士，沒有閑空兒來進本會裏頭研究研究，也是為著一般人，曾經在別處學習過，總沒有成效，合想著即日就學習成功的人，所以記錄出來，

貢獻大衆。能夠把下邊所記的詳細考究幾遍，不管甚麼人，都可以立刻就成功了。諸君不要輕看過啊！諸君果然試驗能以成功呢，還望你詳細細細把研究的心得告訴我。（我底通信法就向上海中國心靈研究會寄轉）我再給你個深造的法子。誰人不愛學問高強呢？我這種體貼人情的辦法，諸君且慢贊頌我！不過抽出念書的閑空，就在中國心靈研究會裏頭服務；那會裏頭一部分的事業，就是研究催眠術；想著普及這種學術，希望引導人心向善；在我不過秉承這個宗旨罷了。閑話不說，請研究下邊的罷。

……呵！你高興學催眠術嗎？你到徐州下車，不是祇還有三點鐘的光景嗎？我怎地可以把完全學問告訴你呢？我和你總沒有碰著的機會，這一回算是巧了！就趁著這個空兒，想個方法馬上教你成功罷！

得了！我箱子裏頭帶著一個電鏡，把這東西放在普通人底眼前，不上三幾分鐘，就可以把他催眠著了！還能夠向他有毛病的地方，輕輕摩擦一會，就可以使他有痛地方一點兒也不痛了！待我拿出來教你玩。

用電鏡的法子，是最簡單最容易的。說甚麼心力感通法，預期作用法，呼吸法，撫下法，結印法，氣合法，倘若不善於變化，就會弄得不稱，倒不

如用電鏡的法子較爲穩便！

拿起電鏡來，就會把人家催眠了麼？那麼說來，電鏡豈不是一件神奇怪誕底寶貝麼，不成！那有這麼便宜容易的事情。但是凡事都有個道理，說出來也并不是甚麼神奇怪誕底寶貝。大凡想幹一樁事情，一定要懂得他的底細，知道明白了，纔不至於弄糟。若是買買然拿起電鏡來就用，對於他裏頭底用法，原理，還有很多手續，都沒有用功，那是不能夠把人家催眠，反鬧起笑話來了！所以先要尋源求本，知道催眠現象是用催眠方法做成功的，催眠方法又是打原理底道路走出來的。原理方法都明白了，才好頑這個電鏡，一舉成功了呢！現在就大略講

給你聽聽。

講授二 原理

催眠底原理，是根據兩種學說，一是哲學說，二是科學說。

哲學說，就是用一元二面的哲學說。精神合物質兩樣，是同出一元。一元是甚麼呢？就是我們所說的心靈。心靈是普遍在宇宙內各物底中間，精神的活動，合物質的活動，都要靠著他的，心靈的活動，是無處不通。無物不在的，施術的人，能以感動被術者，使他入催眠狀態，也是憑著心靈活動的力量。但是平常的人，爲那些人欲所私，物欲所蔽，把心靈都消滅了。所以催眠術者，最重修養，使心靈底活動增大罷哩。

科學說，又分爲兩樣：（一）心理的，（二）生理的。

（一）心理的：

（甲）注意凝集；催眠狀態，是一種極鎮靜的態度，完全無念無想。所以術者給他底暗示，他能一一感受。要想進入這個極鎮靜無念無想的狀態，須要先行注意凝集。因爲行注意凝集，可以鎮住別的龐雜觀念；結果可以成爲極鎮靜的狀態。

（乙）預期作用；凡事有一個希望，就有一個成就。預期作用，就是被術者預先存一個施術的熱望，更相信被術之後，一定可以治癒自己底病症。等施術的時候，他底精神完全沒有

抵抗的性質，所以一施術，就可以成功了。

(丙) 暗示感應；我們人類的生活，沒有一刻不受環境支配的。直接著說，環境就是一個大暗示。催眠術就是根據這個原理，在一時一地做成強有力的暗示，能以左右人底身心，使他入催眠狀態，使他做種種活動，使他底病痊愈，都是用暗示底力量。

(二) 生理的：

(甲) 腦貧血；人底腦髓，營心理的活動，必定要有一定的生理活動。生理的活動，必要有一定血液的供給。如人入了催眠

狀態，腦髓活動已經極其靜穩，所以血液的供給必定也要減少。比方現在我們所坐的火車，走快的時候，必定多加煤合水。停車的時候，煤水的供給，必定減少。催眠狀態合睡眠狀態，外面看來是一樣，不過睡眠是自然的腦貧血，催眠是很像這個道理，用法子把人弄成腦貧血，就能以入催眠了。

狀態三 狀態

催眠狀態和普通睡眠狀態底不同，怎樣來分別呢？在催眠狀態的時候，能夠感應術者給他底暗示；別人在旁邊呼喚他，搖動他，總不能醒。若是睡眠狀態，必定不感應甚麼暗示；呼喚他，搖動他，就立刻醒轉來。

了。在催眠狀態的程度，或深或淺，是不一致的。因為受術的人，他的感受性有強有弱的緣故。所以感受性強的，自然是入催眠狀態的程度，比較著深一層；感受性弱的，那自然是入催眠程度，要淺一層了。這深淺的階級，可以分做三段。

第一段，叫做恍惚狀態。是陷入催眠最淺的狀態，和醒覺的時候比較著稍為沈靜。術者底言語，和外邊底音響，都聽得清楚。

第二段，叫做止動狀態。比上一段所說的，深進一層。催眠中所幹的事，醒轉來時，不能記憶清楚。治病矯癖的暗示，充分可以感應。

第三段，叫做眠遊狀態。乃是催眠狀態中最深的程度，其舉動髣髴和

醒覺的人一樣。不特可以和他治病改癖，就是種種奇妙現象，都可以在這個時候發現！

講授四 識別

剛才不是說，在催眠狀態的程度，是不一致，因為受術人底感受性，有強弱分別的緣故嗎？怎樣能夠分別甚麼樣的人是感受性強，容易催眠；甚麼樣的人是感受性弱，較難催眠呢？下邊分別，可以知道：

△年齡分別，年少的人，比年長的人，催眠容易。

△男女分別，女子比男子，催眠容易。

△氣候分別，暖氣候比寒氣候，催眠容易，

△地帶分別，
熱帶底人比溫帶底人，催眠容易。溫帶底人比寒

帶底人，也容易。

△性質分別，
屬膽液質底人，催眠容易。屬黏液質底人，催眠更

容易。屬多血質底人，催眠略難。屬神經質底人，催

眠甚難。

△癖性分別，
眼光尖銳，注射無定，口唇常常震動，手足常常舞

蹈，那樣人催眠甚難。爾雅溫文，感情深切，見景興

懷的人，催眠非常容易。

△意志分別，
意志堅定的人，比意志薄弱的人，容易催眠。