

中华气功丛书

北京大学图书馆 编



催眠术
江编

王德强
编

北京燕山出版社

催眠术汇编

王德强 编

北京燕山出版社

1215496

催眠术汇编

北京大学图书馆 编

北京燕山出版社出版 · (北京市东城区府学胡同 36 号)

保定晨光印刷厂 印刷 · 全国新华书店 发行

开本 850×1168 毫米 1/32 · 印张 13.25 字数 318 千字

1990 年北京第一版 · 1990 年 6 月北京第一次印刷

ISBN 7-5402-0224-6 / C · 0009

印数: 00,001~10,000 册

定价: 7.50 元

《催眠术汇编》总目录

《中华气功丛书》总序·····	1
前言·····	5
催眠术讲义·····	1
实用催眠术·····	235
催眠术独习·····	291
催眠术与心灵现象·····	347

《中华气功丛书》总序

我国古代的科学技术在世界上长期居于领先地位，对人类文明历史的发展作出过巨大的贡献。其中一个重要原因是由于我国古代先哲在认识宇宙和人体生命过程中，总结创造了伟大的、有东方特色的自然哲学体系。在这种哲学体系指导下，我们的祖先创造出光辉灿烂而又富有特色的东方文明。

中国浩瀚的古代典籍蕴含着我国古代社会史、哲学史、思想史的宝贵财富，闪耀着丰富的辩证法思想。中国传统思想史中的“天人合一”、“元气论”、“阴阳五行”等学说认为人和自然界、自然界和精神不仅具有统一性，而且具有规律性。这种思想在中国文化、科学技术发展史中渗透到许多学科领域内（如天文、地理、历法、数学、冶金、化学、医学、乐律、建筑、文学艺术以及军事等方面），中国古代的许多技术发明也与这些思想密切相联。这些思想在医药学、气功学中得到了巨大的发展。我国传统医学的发展，气功的代代流传，从一定意义上说，它们蕴藏着中国古代文化的真谛，体现着具有东方特色富有生命力的辩证的思维方法。

今天，我们要在科学技术方面赶超世界先进水平，就应继承和发扬我国古代优秀的科学传统，努力汲取国外科学技术的一切最新成就，促进世界科学思想的相互交流和我国科学事业

的飞速发展，走出一条探索和认识自然本质的崭新道路，培养出一大批我国自己的高水平的科学专家。我们坚信，人类必将开拓出现代科学文化空前未有的繁荣局面，而我们中华民族必将对世界科学文化的发展继续作出重大贡献。

实践证明，自然科学领域中的各个学科不是互相分割的。现代自然科学的发展证明了各学科的互相渗透和整体综合。这是发展新兴学科的一条重要的规律。在现代社会科学技术条件下，发掘整理并且综合运用蕴藏在我国传统气功、医药学中的丰富的自然哲学思想，对现代自然科学各个领域进行新的探索和开拓性研究，并以人体生命科学为中心，开展多学科的协同研究，则将是一项带有战略性的科学研究任务。这对促进现代自然科学的蓬勃发展将具有极其重要的意义。

为了继承我国古代传统中的珍贵遗产，全面深入地理解中国古代哲学的思维方法，先从学习气功经典著作和中医理论入手，可能是一条很有希望的重要途径。在“百花齐放、百家争鸣”的方针指导下，比较系统地发掘整理我国古代气功的典籍，加深对气功和中医药学的综合研究，并通过修炼气功和学习气功典籍及中医理论，有可能真正掌握我国古代自然哲学的认识论和方法论。在人体生命科学研究的实践中，首先促进气功和中西医药学在防治疑难病症、常见病多发病（如心血管病、癌症等）的研究和临床实践中相结合，并对现代自然科学各个领域中已有的和新的成果进行再认识，以促进各个学科的协同发展。我们编辑出版《中华气功丛书》的宗旨也在于此。

本丛书对气功学文献的选录的范围是：兼收古今中外的著作。古代气功文献，不论佛、道、儒诸家，也不论杂家、武术、民间、医家各派的典籍、著作，都尽量选收；近代气功著作，凡有价值的，再版印行；今人新作或已经出版过的又有再

版需要的，也可选收；国外或境外气功著作，在尊重版权的前提下，可以翻译或重印出版；气功与特异功能的科学实践报告、调查报告、研究成果、修炼体会也将有选择地收入这套丛书。

对古典气功文献，尽可能选录各派代表著作，采取整理或注释方式出版；稀见秘笈，其功理功法有出版价值的，应使其广泛传播；个别典籍在急需时，也可以影印出版。

对与气功修炼有关的经络学说、阴阳学说、脏腑学说、营卫学说、天人相应的整体观等中医文献、养生文献，均在选收之列。这些文献是中华民族几千年流传下来的珍贵文化遗产，是中医学宝库中的一批瑰丽明珠，也是前人用生命和心血探索人体科学的结晶。发掘这些文献，用科学态度加以整理、研究，以达到古为今用的目的，这是我们责无旁贷的历史使命。

这套丛书如能为人体科学研究提供历史资料、现代信息和有价值的参考资料，如能引起哲学、心理学、宗教学、医学、气功学、体育与卫生、生物学、物理学、化学、数学、军事学、史学等学术界同仁的兴趣与关注，促进这些学术研究的持续发展，那将是我们的莫大荣幸。

本丛书出版的另一目的是为当代气功著作提供发展的阵地。凡符合本丛书收录范围且有质量的来稿，不论是老专家、气功大师的专著，还是中青年气功师、学者的新作，我们都热烈欢迎。

由于我们的水平所限，在编辑这套丛书的过程中，可能存在缺点和错误，敬请专家、学者、气功师和广大读者批评指正。我们殷切希望各界有识之士鼎力相助，热情指导，扶持这套丛书健康发展。

值本丛书出版之际，我们祝愿中医、气功事业繁荣昌盛，

人体科学研究深入发展，在为人类造福的伟大工程中不断取得新成果，开辟新道路，攀登新高峰！

《中华气功丛书》由北京大学图书馆发起、组织编辑，编委会也设在北大图书馆内。参加编委会的还有北京大学哲学系、中国佛教文化研究所、中医医史文献研究所、中国气功科学研究会、北京燕山出版社等单位的有关同志。本丛书的出版得到燕山出版社的全力支持，同时也得到社会各界和知名人士热情帮助，特此致谢。

《中华气功丛书》编委会

1989年9月1日

前 言

所谓催眠术，在古代、当代、国外气功师中已广泛被使用于气功功法之中，这早已不是什么秘密。

催眠术是通过语言暗示、手势、意念、药物、感觉刺激等方法诱发人体某种潜在功能的技法，类似气功，又区别于气功，可以独立施行，亦可以与气功同时并用，成为气功的组成部分。催眠术在中国上古时代就已产生，在西方，公元前一千多年前也已产生和运用了。但是那末独立成学，而是附属于医学、宗教修炼术之中。在西方此术虽然以一种独立文化形态发展着，但到十九世纪才形成专门学问。中国到 1900 年出现了催眠一词，1931 年出版了余萍客的《催眠术讲义》，催眠术遂成专门之学。

催眠术能成为专门之学，需要具备理论、历史、方法三大要素，只有具备了论、史、法才算自成体系，形成独立的学问。《讲义》的出版，可以说是催眠术专门之学确立的标志。

《讲义》的第一部分讲催眠术史，把世界催眠术史划分为三个阶段：第一是神话时代，其中包括古代埃及医术、法国皇帝神秘疗法、阿波罗神托术、耶稣的治疗奇迹。第二是占星术与磁气时代，占星术在中国古代称之为星相学。天人感应说。磁气又称为灵气。当时学者认为磁气普遍地存在于人与万事万物之中，皆受天星的控制和影响。这里的磁气和中国气功有惊人相似之处。第三是科学时代，这个时代的学者运用古代催眠术知识，与现代科学试验相结合，形成新的理论。

《讲义》的第二部分是催眠术理论和方法。这部分包括催

眠术定义、催眠与睡眠的区别、催眠状态分析、催原理、催眠学理、催眠与暗示的关系、催眠的方法等等。催眠术的理论，可以揭示其实质，使人懂得催眠术为什么会出现，为什么会起作用。催眠术方法向人们阐述了使用催眠术的方法、顺序、注意事项，可以使人对催眠术有个具体了解。

《讲义》的第三部分是介绍催眠术治疗疾病的方法，也是对催眠术方法的深入介绍。

本书还入选了《实用催眠术》、《催眠术独习》、《催眠术与心灵现象》三种小册子，这三种书在理论、历史、方法方面都有独道之见，可以为读者提供《讲义》所没有的许多新观点、新材料。

催眠术与气功有着不可分割的联系，在催眠状态下，也可以出现与气功状态下相同的种种神奇现象，可以诱发人体特异功能、打通天目、追踪远距离信息、开发智能、治疗疾病、强身健体。因此，催眠术是可以开发的一个重要领域，值得引起重视。

催眠术非但没有丝毫封建迷信的色彩，反而是破除迷信的绝好材料。如本书所论“降仙童”、“扶乩”、“讨亡术”、“祝由科”等篇章，就是揭穿迷信骗术的科学论证。

我们编的是三十年代以前的四种催眠术著作，由于我们长期不接触这些内容，所以感到陌生。又由于催眠术之学首先在外国产生，所以又感到离我们很遥远。既然这是有益的一种学问，就有必要了解它的历史和内容。掌握它的过去，正是为了研究它、发展它，以便建立新的理论，形成新的方法。

陈午子

1990年元月

催眠术讲义目录

催眠术史	(1)
第一章 催眠术与人类进展之过程	(1)
历史的方法 催眠现象的存在 催眠术有统系的研究 文化进展的历程 催眠术时代的变迁	
第二章 神话时代的催眠术	(3)
埃及僧侣的失神状态 宝石占问术 那斯克教徒的催眠术 别知卡斯那派的凝视法 孟达尼斯托教徒的催眠术 阿波罗的神托术 舍利奴的治病法 埃及的医术记载 历代法国皇帝的神秘治疗法 耶稣的治疗奇迹	
第三章 占星术与动物磁气术时代的催眠术	(6)
占星术与催眠术无关系 催眠历史的源头 占星术的意义 巴拉昔路撒斯氏说的 黑鲁门德氏说的 罗别鲁提夫鲁疵多氏说的 履鲁耶路氏说的 马克斯伟路氏说的 克列提列氏治伤法 加斯捏路氏的治疗法 美士马氏的事历 美士马之生辰与故居 美士马少年的学历 美士马术发明的动机 美士马按手治病的方法 磁气桶 美士马受国内医界攻击而去国 美士马在巴黎治疗的盛况 美士马受巴黎医界的攻击 法国政府调查动物磁气术 美士马离开巴黎 美士马之死 批昔尔芦氏继起 批昔尔芦氏的学说 德国动物磁气术的兴起 普鲁士政府派员考察动物磁气术	

窝鲁发鲁托氏的热心 美士马墓前的纪念碑 哥列布氏所说 动物磁气术弥漫欧洲全土 法国动物磁气术的重兴 佛阿利阿氏的议论 花撒克氏考察动物磁气术的建议 十一员委员调查结果的报告书 磁气术趣向下流	
第四章 科学时代的催眠术	(19)
普烈驼氏发明催眠术 普烈驼发见催眠术是在无意中的视神经疲劳说 催眠术三字的出处 普烈驼神经性睡眠论中重要的发见 美国格拉米斯氏的学说 克罗氏的电气生物学说 布鲁加符阿铃等用催眠术施于刀割手术 李益璞氏继起 造成南西学派 南西派暗示说的主张 撒路皮托路耶路学派 大小催眠的区别 大催眠中三状态 两派争长的结果 现代催眠学者 日本催眠术的发源 日本催眠术早期的学者 日本催眠术最近提倡者 中国有同如催眠术现象的历史观察 中国民间催眠现象的事迹 降青蛙神 请竹篮神 卜紫姑及请壁角姑娘 关亡问米 圆光扶乩 中国提倡催眠术最先的机关 中国心灵俱乐部的组织 东京留日中国心灵研究会 留日中国心灵研究会移回祖国 继中国心灵研究会之后的新组织	

催眠术本论

第一章 定义

 什么叫催眠术 昔日普烈驼的错误 催眠术简单的定义
 催眠术不能单就表面的现象而言 常用的催眠术术语

第二章 催眠与睡眠的异同

 催眠与睡眠同一说 梦的三个性质 弗列路氏的根据与著者的批评 摩路氏所根据的六个条件 著者对于摩路氏的批评 催眠与睡眠别异说 学者根据的理论 福来博士说

的 福来博士所下催眠精神和睡眠精神的定义 小野福平氏说的 催眠为睡眠的一部分说 学者所持的根据 著者的批评 睡眠的起因 催眠状态不是因生理上起变化	
第三章 催眠和睡眠相异之点与著者的主见 	(40)
催眠与睡眠两者性质和效用截然不同 著者的主张 催眠和睡眠相异的分析比较 物理法则的推测	
第四章 催眠状态的情形 	(42)
催眠状态的时候情形是怎么样 主观方面观察 普通日常精神状态 精神自发活动 选择批评和反对的作用 自发精神活动有选择外来刺激的能力 自发精神活动有批评外来刺激的能力 自发精神活动有反对外来刺激的能力 特别的精神状态 催眠术的力量 普通的催眠状态的模型	
第一个被术者的说话 第二个被术者的说话 第三个被术者的说话	
第五章 催眠感受性强弱的分别 	(46)
信仰 意志 注意 顺从 安心 预期作用 性癖 身体强弱 性质 年龄 性别 地位 权威 气候 饮食 环境	
第六章 性质的区别 	(50)
胆液质 黏液质 多血质 神经质	
第七章 催眠施术者的资格 	(52)
基本的修养 第二生命 道德 端品 自信 他人信仰 精神的信仰 态度的信仰 言语的态度 服装的态度 败禾腐草 丈六金身	
第八章 催眠的原理 	(56)
神灵依凭说 动物磁力说 视神经疲劳说 歇私的里病说 暗示说 变态心理说 潜在精神说 联想作用说 观念	

和观念的联想 感觉和运动的联想 感觉和欲望的联想
感觉和感情的联想 催眠利用 暗示机会 联唤活动 暗示感受性 第二自我说 脑贫血说 预期作用说 模拟作用说 注意凝集说 精神波及说 心灵说 心灵和精神有区别 心灵的由来 梦游状态是什么力量做成 心灵力 催眠原理主要的理论

第九章 催眠学理括论 (65)

综合各学说 前一辈学者的误解 心灵说为主要的学理 成仙成佛 精神静息和注意集中的程度 心灵本能作用 心灵在催眠中不是绝对盲从 心灵发显的方式 默契关系 心灵所需的时间与程度

第十章 暗示 (67)

暗示的意义 人是感应暗示的动物 广义的暗示 狭义的暗示 暗示从英文所译写 各位名学者暗示的解释 摩路氏解释 弗列路氏解释 轧捏氏解释 福来博士解释 森田博士解释 村上博士解释 著者对于暗示的注释 暗示的分类 对人暗示 言语暗示 行为暗示 文字暗示 自己暗示 当时暗示与残续暗示 试验暗示与治疗暗示 类似暗示 口头暗示 气合暗示 接触暗示

第十一章 暗示感受性 (72)

催眠暗示效力 感受暗示性质是先天的 暗示感受性是人性的要素 暗示感受性强弱与外来暗示强弱有关系 暗示应婉转诱导 暗示应有恳切表情 增高暗示感受性之法 感受暗示量

第十二章 暗示顺序法 (74)

暗示的感应和催眠的程度有密切的关系 暗示一步一步的 深进 注意地方

第十三章 催眠暗示与所谓命令实质不同 (76)

命令应备的条件暗示无用备具 命令在两者之间才能成立

命令要使被命令者知道命令的目的 命令要从令者实在心意发出 命令要按被命令者的力量是否可能 命令要用言语或文字表出 命令对于被命令者不能强迫一定服从 命令的权威自然是上辈施于下辈 命令施于正常心理的人为准则 比较不同之点 暗示不要在两者之间才能成立

暗示不定要被暗示者知道暗示的目的 暗示不定要从暗示的实在心意中发出 暗示出于常人能力做不到的竟有功效

暗示不单是靠言语文字 暗示于被暗示者可令其一定服从 执行暗示权无上下尊卑阶级的分别 暗示施于在变态心理时的人更得效验

第十四章 催眠暗示注意之点 (79)

暗示与催眠有特别关系 暗示注意的要点 暗示的言语应采用被术者易于明了的话 暗示言语莫过文义 暗示语气要涵蓄着精神力和断定力 暗示要适合被术者眠的程度 暗示不能有矛盾地方 暗示不妨反复多说几遍 暗示语句要婉转圆活 加害于被术者身心名誉的暗示切勿使用

第十五章 催眠状态中受暗示影响发生的诸般作用 (81)

催眠状态 关于生理的现象 影响随意筋的现象 影响不随意筋的现象 影响分泌作用 影响血液循环的作用 影响体温的作用 影响脉搏的作用 影响身体硬直状态 影响身体不自主的状态 心理上受暗示支配的作用 影响自然感觉的作用 影响五官感觉的作用 影响感情的作用 影响情欲的作用 影响错觉幻觉的作用 正觉 错觉 幻觉 影响意志的作用 列乌耶夫耶路氏的报告 影响于记忆力 影响人格变换的现象 狐凭病狼凭病 人格变换的

几个疑问 人格变换的原理 催眠影响心灵的作用事项

透视 视察远方事物 预卜物价升降天时晴雨

第十六章 催眠状态阶级 (96)

夏路哥氏三阶级 不随状态 昏睡的状态 睡游的状态

普烈驼氏的三阶级 浅催眠状态 深催眠状态 敏捷状态

深昏状态 昏睡的催眠状态 古路池氏的七阶级 醒觉

状态期 半睡的状态期 电气的睡眠状态期 单纯睡游状

态期 洞察期 千里眼状态期 失神的状态期 李益璞氏

的六阶级 半睡感的状态 睡感的状态 浅睡眠的状态

深睡眠的状态 浅睡游的状态 深睡游的状态 伯路夏母

氏的九度 始有睡气之度 渐多睡气至眼不能开之度 受

暗示发现止动状态之度 比上深一层之度 受暗示发生筋

肉收缩禁止运动之度 和玩偶一样之度 醒后不记忆但尚

未发现幻觉之度 醒觉无记忆又能起幻觉之度 醒后催眠

中发现的幻觉还有残续之度 弗列路氏的三分类 微眠状

态 深眠状态 梦游状态 催眠阶级的鉴定

第十七章 催眠状态之检查法 (104)

生理的形状 容貌 睫毛 眼睛 手足止动 感应暗示

第十八章 感受性强弱的精神测验法 (105)

第一法 第二法 第三法 第四法 第五法 第六法

第十九章 催眠施术室 (108)

设备的条件 普通施术室的要点

第二十章 催眠施术法 (109)

成功的关键 催眠家的资格 精神镇静的必要 精神镇静

法 坐在安适椅子上 最早的安慰话 闭目静息听着拍手

深呼吸 其他方法 第一法凝视静止催眠法 施术开始

诱导催眠的暗示 陷在催眠状态 止动的试验 影响感

觉的试验 刺针试验 错幻感觉的试验 第二法暗示抚下
催眠法 开始的暗示 施术的暗示法 第三法呼吸气喝催
眠法 开始的暗示法 施术的暗示法 深呼吸运动 第四
法默静转睛催眠法 第五法浅麻醉催眠法 第六法深麻醉
催眠法 开始的暗示 第七法压腹催眠法 第八法交替紧
张缓弛催眠法 第九法结指催眠法 态度印 精神统一印
催眠印 第一动作 第二动作 第三动作 第四动作
第五动作 第六动作 第七动作 第八动作 第九动作
第十动作 第十法宗教式催眠法 穿术衣 催眠咒 安息
咒 刀印 唱歌 催眠歌

第二十一章 由浅催眠导入深催眠的方法 (135)

诱导深眠暗示的例子 转入睡眠

第二十二章 抚下法 (136)

滥觞于美士马 抚下方式 正式法 二刀法 段落法 电
气法 螺旋法 电光法

第二十三章 催眠醒觉法 (137)

欠周到的醒觉 安全的醒觉法 醒觉方式 预备醒觉暗示
醒觉暗示 逆抚法

第二十四章 施术时应注意的事 (139)

注意十五条件 齐来呐喊

第二十五章 畴昔学者的催眠法 (141)

印度催眠法 美士马氏的方法 普烈驼氏的方法 李益璞
氏的方法 夏路哥氏的方法 弗利阿氏的方法 弗苦氏的
方法

第二十六章 在催眠状态所诱致的奇妙现象 (145)

成梯成桥的试验 造成人桥站人载重 注意护卫 变成柔
软如棉的试验 严冬觉热亦体扇凉 暑天觉冷靠炉取暖