

<<催眠术与催眠疗法>>

图书基本信息

书名：<<催眠术与催眠疗法>>

13位ISBN编号：9787560831480

10位ISBN编号：7560831486

出版时间：2007-10

出版时间：同济大学出版社

作者：马坡

页数：254

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<催眠术与催眠疗法>>

前言

催眠术在中国鲜为人知，即使偶尔提及，也常被人斥为旁门左道，或将催眠术理解为睡眠术。这并不足为奇，早在8000年前，古印度劳动人民就创立了瑜伽术，瑜伽术中就有催眠术修炼的内容。从这一点考证，催眠术至少有8000年的历史，到大约2000年前左右，佛教、道教、基督教几乎同时出现，这些宗教也几乎同时利用了催眠术，那些掌握催眠术的巫师和神职人员总是将催眠术披上神秘的外衣，他们以鬼或神的名义为人消灾解难，他们利用催眠术为人治病，却从不透露治病的方法和原理，他们利用催眠术引发的超自然力号召民众、预测未来、占卜凶吉，却从不外传催眠术修炼之秘诀，总是告诉人们这一切都是神的力最，既然是种的力量，人们理所当然地会把他们神化了，这其中不乏有孔子、老子、释迦牟尼、耶稣……还有现代社会中那些能为人“发功”治病的“气功大师”。催眠术源于印度，随佛教传入中同，经巾中国传到欧美和日本，如今西方人和日本人已经将催眠术运用到社会各领域，其水平可谓是到了登峰造极的境界。

然而，中国多数人、甚至文化界仍然对催眠术抱有偏见，这不能不说是同人的悲哀。

国外把催眠术作为一门科学研究已经近200年，在200年的研究中，至少在四个方面有重要的发现：一、证明了人的意识中，确实存在着潜意识，而且潜意识的力量大得惊人，催眠术是启动人的潜意识的唯一途径，其代表人物是弗洛伊德。

二、人们利用药物难以治愈的疾病，在催眠中利用潜意识的能量可以治愈。

三、通过催眠可以开发出人的超能力：如超视力——目视千里之外，超记忆力——过目不忘的本领，超观察力——预测未来的能力，佛家称之为智慧眼等等。

四、利用催眠术可以改善人们性格的弱点、人格和意志品质等，也可以提高人的自信心，开发潜在智慧。

催眠术在欧美已经非常流行，就美国来说不少学校已经将催眠术作为正式学科带进课堂开展教学活动，培养专业人员，培训警察，就同前来说至少有八千名警察接受过催眠培训，不少医院也开设有催眠治疗科。

而日本更多的是将催眠术运用到商界和军事领域。

在我国，除少数专业人员将催眠术用于心理治疗外，更多的人、更多的行业对催眠术是一片空白，令人遗憾的是多数从事心理学研究的专业人员却不懂催眠术，更不用说利用催眠术开发学生的潜在智慧了，由此可见，催眠术的普及迫在眉睫。

就本人而言，学习和使用催眠术已有20年，初始并非本职工作，只是本着好奇的心理探索、试验，成功和失败各半，喜与忧交织在一起。

对于催眠术，本人不是老师，始终是学生，在教学中与学生共同探索、学习。

本书只是将自己的学习心得、成功的案例汇集成册，便于和同行交流，B中错误肯定不少，有待专家批评指教。

本书的组稿过程中，多次受到我的老师，著名催眠学家江波教授的悉心指导徐国强博士也为本书的审稿做了大量工作，在此深表感谢。

马坡2006年10月1日

<<催眠术与催眠疗法>>

内容概要

该书以朴实流畅的文笔叙述了催眠的原理和技巧，使古老而又神秘的催眠术变得简明易懂。主要内容包括：催眠原理探讨、器械催眠和意念催眠、催眠治疗和催眠教育、催眠麻醉和催眠审讯、思维阅读和心灵控制、精神分析和意志力训练、催眠洗脑和潜能开发等。在传统催眠学基础上，书中又溶入了医学理论和宗教实践，使催眠疗法更具有说服力和科学性。

<<催眠术与催眠疗法>>

书籍目录

第一章 催眠术概述一、什么是催眠术二、催眠术和心理治疗三、理论基础四、原理探讨五、案例为证六、做一个合格的催眠师第二章 催眠师精神训练一、修习的基本要件二、修习者的准备工作三、催眠者意志力训练四、催眠手诀训练五、除障法六、修习程序第三章 催眠暗示法一、语言暗示的准则二、感觉暗示的方法三、催眠暗示的原则四、催眠暗示的方法第四章 催眠对象的研究一、研究催眠对象的心理二、性格三、气质四、血型五、催眠对象心理类型第五章 催眠诱导的技术一、催眠诱导前的准备工作二、催眠暗示性及其测试三、催眠感受性及测试四、催眠感受性的相关因素五、催眠前后的谈话六、常用的催眠诱导法第六章 催眠状态的辨别一、催眠状态分期二、暗示感应的类别三、催眠深浅的判定四、催眠状态的区分五、自我催眠状态测量第七章 觉醒法一、他人觉醒法二、自我觉醒法三、自醒及解脱第八章 催眠治疗的技术一、催眠治疗的原则二、催眠治疗的步骤三、常用的催眠疗法第九章 催眠的医疗功能一、慢性胃炎二、肠炎三、偏食症四、慢性鼻炎五、疼痛六、遗尿症七、性功能障碍八、呼吸系统疾病九、神经衰弱十、性行为变态十一、强迫症十二、婚姻与家庭十三、烟酒癖十四、手淫癖十五、肥胖症十六、盗物症十七、虐待动物癖第十章 催眠的教育功能一、控制多动行为、矫治多动症二、培养学习兴趣,克服厌学心理三、净化心灵、增强专注力四、集体催眠,学习指导第十一章 催眠的其他功能一、在司法侦破中的应用二、在体育运动中的应用三、催眠试验奇观四、正确使用催眠术催眠学习问答后记参考文献

<<催眠术与催眠疗法>>

章节摘录

四、正确使用催眠术（一）谨慎使用催眠术催眠的误用，即错误地或不严肃地使用催眠术，多数是因为催眠师经验不足或准备不足或见地不够造成的。

本来，催眠术是一种很严肃的心理治疗技术，倘若催眠师随意使用，就会给催眠术带来不好的影响，造成人们对催眠术的误解。

催眠的误用可能出现在两个阶段：一是诱导阶段，二是治疗阶段。

例如，在利用后催眠暗示作下一次的催眠诱导时，缺少经验的催眠师会说：“以后，你一看到打火机光亮，随即就能进入催眠状态，进入催眠状态后，你无思无念，失去知觉，像一个冬眠的动物。

”或“你一听到报数声，就进入了催眠状态，没有任何知觉了”或“你一听到‘睡觉’二字就立即睡觉，并进入催眠状态”等等。

这些都是错误的后催眠暗示诱导语。

试想，如果上次催眠的人接收了“一看见打火机光亮就进入催眠状态”的暗示，那么，他要是走在马路上，或在办公室里，或正驾驶着汽车时，突然看见有人用打火机点香烟，问题就严重了。

所以，正确的后催眠暗示诱导语应当是：“以后，你在催眠治疗时，看到我手中的打火机一亮，你立即就进入催眠状态，没有知觉了。

”或“你在催眠室里，一听到我的报数声，马上就进入催眠状态”等。

显然，这样的语辞更确切、更严谨。

催眠误用的另一种表现是在施术诱导过程中，男性催眠师对同性施术无太多的要求。

若对异性施术诱导那就不同了，在催眠诱导的方法中，有按抚催眠法、点穴催眠法、按眼催眠法及放松催眠法，这些方法在使用过程中都需要催眠师和受术者有肢体上的接触。

因此，要特别注意，凡需要接触的部位应事先向受术者讲明：“这是为了治疗的需要，你若不同意可用别的方法。

”在征得受术者的同意后方可施术，同时还应当避免接触女性的敏感部位。

对于单独要求催眠治疗的女性，拒绝施术。

这是徐鼎铭大师从事催眠治疗80年的经验之谈。

案例24 潜意识信息是真是假小伙子H因感情问题和女友彻底决裂了。

事后，他怎么也想不通当初女友背着他，花着他的钱和别人私通，H感到自己被耍了，于是，一怒之下将女友活活勒死。

出了人命，警方当即介入，很快在整个苏州市的出市路口，布设了盘查的警察，严查出市行人，大街小巷也都贴上了追捕令，电视台在黄金时间里播送着H的信息。

杀人犯H已经无处藏身，强大的心理压力使其精神崩溃，无奈之下来到心理危机干预中心，找马维祥先生咨询，因为心理紧张，放松后H也很难进入催眠状态。

“你现在凝视这个水晶球，听我报数，我数到100时你就能讲出心理紧张的原因，1，2，……，100，近几天有哪些重大事情令人紧张。

”“我杀人了！”

”哎呀，这一下可让马先生吃惊不小。

当时，H已经进入中度催眠状态，按一般的规律，在此状态下可能出现一些潜意识的幻想，眼前这位受试者说出的话是幻想内容还是现实，很难让人把握，若是现实，如何处理？

向有关部门举报会给催眠者治疗造成不好的影响，若是这样，以后谁还会向催眠师讲出心里话。

若是幻想的内容，举报就便成了恶作剧，若对此装聋作哑，万一日后H被缉拿归案，自己会不会因为知情不报被公安机关指控呢？

。这一下子让马维祥犯难了。

思量再三，马先生还是采取了折中态度：“你是在开玩笑吧？”

”“不，我确实杀了人，现在我心理很害怕，希望你能帮我想想办法”。

催眠中的H央求道。

<<催眠术与催眠疗法>>

“如果你真的杀了人，你能逃脱法网吗？”

“不能！”

“你为什么到这里来呢？”

“我心里太害怕啦。”

“难道说在这里就不害怕吗？”

“希望你能给我想办法。”

“上海有更高明的专家，为何不去找他们？”

“我根本逃不出苏州市。”

看来，眼下这个受试者还真是个杀人犯。

“你真的杀了人，现在你想到从轻从宽处理吗？”

“想过。”

“有没有办法可以从宽处理呢？”

“那只有投案自首，别无办法。”

“你应当想个最好的办法争取从宽，你能想出个好的办法吗？”

“能！”

“你是一个很精明的小伙子，一时感情冲动，犯了错误。”

你能想出一个更好的补救办法，因为你是一个很有智慧的人，你能想出好办法。

马维祥教授再三暗示H会想出办法解决这个问题，但绝对不能暗示H自首，这是职业道德所不允许的。

唤醒后，H轻松了许多，但还是徘徊在自首和逃亡的十字路口，马维祥随即又进行了安抚性咨询，暗示H及早从紧张中解脱出来。

1周后，H投案自首。

然而，事情并未終了，就在H投案自首的第二天，警方传讯马维祥教授：“你明知H是杀人犯，为何不立即举报。”

这个问题，确实让马维祥一时难以回答。

他拿出弗洛伊德的理论，搬出了荣格，又向警察谈起意识和潜意识，又讲述了心理医生的职业道德，费了好大周折，最后，还是在上级司法机关的干预下，办案民警看在这位老教授老政协的分上，才没有上纲上线地追究马维祥的责任。

试想，这是马维祥教授经手的案例，马教授是当地医学界、司法界和国内心理学界名人，又是苏州市政协委员，倘若不是马维祥教授，是一个初出茅庐的无名之辈，结果会怎么样呢，恐怕要吃官司的。

（二）不可滥用催眠术催眠师可以利用催眠暗示改善人的心灵，由恶向善。

同样，催眠术也可以控制他人的心灵。

暗示他人从事反社会行为，一个步入魔道的催眠师可以利用催眠术作恶而不留行迹，对于那些不端正态度、明确目的而学习催眠术的人，催眠术会变成一种很危险的法术。

也许有人想，我要是学会超能催眠术该多好啊，让你把钱交给我，你就能把钱交给我。

让你嫁给我，你就会死心塌地跟着我，几乎是无所不能。

在这里，我们捉拿每一个有此念头的人，若是再这种想法，在他的潜意识中已经播下了罪恶的种子，迟早会在意识层开花结果，他的生活会因此走向黑暗。

现实生活中，因滥用催眠术给自己带来牢狱之灾和杀身之祸的人还少吗？

下面一个案例会给那些准备靠催眠术一夜暴富的人带来深思。

案例24 滥用催眠术吃官司 张某，女，已经是60多岁的人了，教育局退休干部。

因为家庭矛盾，患上轻度抑郁症，整日闷闷不乐，满面愁容。

因在机关当干部多年，衣着极为考究，看上去很像一个病态中的贵妇人。

“您好，张阿姨，您也来买菜呀？”

一天，张某在路边买菜时，一个30多岁的中年妇女彬彬有礼地上前搭讪。

抬头一看，是一位不认识的中年妇女。

张某有些疑惑，马上又想到对方很可能是某个学校的教师，或是自己从前的学生，陌生人打招呼的事

<<催眠术与催眠疗法>>

经常碰到，看到对方和蔼可亲、笑容可掬的样子。

张某也随口答道：“是啊，您也来了。”

”从菜市回家的路上，两人结伴而行，中年妇女不时向张某问寒问暖：“张阿姨，您气色不好，也瘦多了，像您这把年纪没有比保持好心情更重要的。”

”“那是。”

”张某自患抑郁症以来，胃口不好，确实瘦了十几斤，再加上和养子及儿媳妇时常出现纠纷，再婚的老伴对自己又缺少情感，情绪落入低谷。

听到这位中年妇女的问候，简直就像天上落下的甘露，老人心里充满了温暖。

“您面容发黄、消瘦，身体不太好吧。”

”“我患上了抑郁症，轻度精神疾病。”

”“哎呀，张阿姨，我妈也是这病，已经治好了。”“在哪里治的？”

”“在城北一家诊所，用的是一个老先生的秘方。”

咱俩一块去看看去，走，不太远。”

”中年妇女的语辞果断而又恳切。

于是，张某把菜放在路边一个熟人那里，跟着中年妇女走了。

刚走不远，正好碰上要找的“医生”。

“老先生，你给我妈治病的药还有吗？”

张阿姨和我妈的病一样，你能治吗？”

”张某向“医生”将自己的病情作了简单的陈述。

“这病很好治，还有药，刚好我带着呢。”

”江湖医生回答。

“你买吧，一定能治好你的病。”

”中年妇女向张某说道：“多少钱一瓶？”

”“3万。”

”“太贵，不能买。”

”“买吧，一定要买！”

”那中年妇女突然失去了刚才的温柔，双眼像两把利剑盯住张某的瞳孔，语气坚定而威严，丝毫没有商量的余地。

看着中年妇女的双眼，张某一阵颤抖。

“身上没带多少钱。”

”“拿存折到银行取钱。”

”“存折也不够，只有两万五。”

”“快去借！”

”张某将银行里的2.5万元取出后，又将还未来得及交接的5000元公款，一并交给了那个中年妇女。

“回家后，快吃药，吃完药后立即睡觉，不能和任何人谈论此事。”

”张某按照中年妇女的指令，回到家里，一睡就是5小时。

醒来后，张某意识到被人骗了。

几乎在同一时期，该县城又发生了几起利用假元宝诈骗的案件，每起金额都在3万元以上。

一个月后，案犯在郑州落网，2005年4月18日河南《大河报》对此案作了详细的报导。

这类案子全国各地都出现过。

中央电视台二套节目也作了多次报导，这些事听起来使人感到恐惧，同时又难以置信。

读者也可以从本案中看到滥用催眠术的危险。

如何健康地传播着催眠术，使之完全用于医疗，而又不会被心术不正的人用来危害社会，这确实是个难题。

“医术治疗总难免有人误用的；刀不能割，外科医生还要用它吗？”

”100年前弗洛伊德如是说。

<<催眠术与催眠疗法>>

<<催眠术与催眠疗法>>

编辑推荐

《催眠术与催眠疗法》以朴实流畅的文笔叙述了催眠的原理和技巧，使古老而又神秘的催眠术变得简明易懂。

<<催眠术与催眠疗法>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>