

催眠術

講授 德念 殷

牙五 王愛熙筆錄

當你進入催眠狀態Hypnotic state時，你已經不受到時間與空間的限制，而達到最高的境界。要學習催眠術，必須履行三個條件：第一、決不把催眠術用在舞台上的表演。第二、本人接受催眠一次或一次以上。第三、每人繳美金三十元學費（指殷教授留美期間學習催眠術時的情形說的），授課時間是三十小時。由於時間的限制，今天在這三小時內，祇能扼要介紹牙科應用得到的催眠深度。

催眠術使用的目的，在於減少病人的痛苦。在臨床上，可以不用麻醉藥品，使病人達到催眠狀態，減少病人的痛苦，進行必要的手術。

什麼叫做催眠狀態呢？Moss 書上說——

Hypnotic state is a normal physiological state of mind during which we are neither here nor there, but some where in between.

因此，它是正常的生理狀態，不用害怕。

在日常生活中，和催眠狀態相類似的情況有下列三種：

第一個是Day dream. 這個現象在年青人常有。尤其是女孩子最多。例如，牛奶姑娘頭上頂着一桶牛奶上街賣，一路上，夢想賺了錢買新衣服穿，然後走起路來一搖一擺，無意中，那桶牛奶翻落到地上，於是清醒過來。這是幫助我們解決許許多多內心不愉快的問題的方法。對於人格的發展來說，不能沒有它來幫忙。從day dream 中滿足了以後，要跑出來，決不能掉在裡邊。它是由自我導入的。而催眠狀態是由他人導入的。

第二個是Popping off. 指晚上睡覺時，快要睡着還沒睡着的迷糊狀態那一剎那。很舒服。

第三個是Love. 當男女很要好的階段，好比在催眠狀態。這是由異性引導進入催眠狀態的。你本來有已成的觀念，而對方符合你的觀念，於是你很喜歡對方。好比男孩子找到的對象，很多像他的母親。女孩子找到的對象，很多像她的父親。所謂「酒不醉人，而人自醉」就是這個道理。

催眠術的理論，可以由「精神分析學說」來說明。催眠術的原理，是壓制被催眠者的Conscious，使他的Subconscious 敏感（或顯露出來），容易接受direct suggestion，而發生infantile regression。要明瞭這個理論，就必須先明瞭這些心理學的名辭……（從略）。

實驗統計，在美國催眠術的成功率是百分之八十。而在我過去三百個病人做催眠成功的有百分之九十五。催眠成功的條件有三：第一、必須病人百分之百的相信我。第二，病人百分之百的同意接受我為他施催眠術。第三、我這個施催眠術者必須瞭解病人的痛苦，sympathy 同情病人。具備以上三條件，才能把病人引入催眠狀態。催眠術會使你說出你心中的秘密嗎？不會的。會使你醒過來嗎？不會的。可以刺激你，使你醒過來，要不然，經過半個小時到一小時你自然會醒過來的。意志越堅強和智慧越高的人，是越容易接受催眠的。

行催眠術的技術，分為下述四個步驟：

第一步驟，對病人做易感度測驗 susceptibility test. 有下列三者不同方法的測驗：

1. Posture sway test——有百分之九十的病人呈陽性反應。令病人立正，頭四十五度朝上，眼睛盯住天花板上的一點——閉上眼睛，什麼都不要想——開始站不穩了！——向後倒！

2. Scaip itching test —— 陽性反應的病人

較少。

3. Hand clasp test 一一陽性反應的病人也不多。

第二步驟導入Induction。導入催眠狀態的方法有四：

1. Mass relaxation
2. Direct stare
3. Hand clasp
4. Eye-fixation

第三步驟，引深催眠狀態：

1. Eye catalepsy
2. Arm catalepsy
3. Hand clasp
4. Loss of speech
5. Arm rigidity
6. Hypoesthesia and hynesthesia 應用於手術。
7. Amnesia
8. Hallucination
9. Age regression
10. Physiological change
11. Eye opening in trend

第四步驟，Post-hypnotic suggestion.

一個成功的催眠，其技術必須具備下述六個條件：

1. Limitation of Sensory intake and

motor output。

2. Concentration of attention
3. Repeated monotonous stimulation
4. Emotional relationship between the patient and operator.
5. Willingness of the patient
6. Understanding and sympathy

上述的催眠技術，不外運用law of reversed effect，令病人想要躲避，反而適得其反。在催眠前，做了易感度測驗，可以增加病人對醫師的信心，易於direct suggestion而導入催眠狀態。給病人的暗示一定要應用law of reversed effect，「你的眼睛一定睜不開，表示你很累。」陰性反應時：「你一定很疲倦了，你費了很多的力，才睜了那麼一點點。」給了暗示不能太久持續下去，需把這個暗示除去，然後，再加給病人另一個新的暗示。除去暗示的例子，是「你的眼睛已睜不開了，不要試了。」加給病人的暗示常是用虛妙的事，病人所未曾體會得到的東西。

從生理學的觀點來看，催眠狀態下的心電圖、腦波圖，以及血壓，均與清醒狀態下者一樣。

行催眠術時，不要問及病人私人的事情。對於精神病人，為避免病情更趨複雜，除非精神科醫師不做催眠術。

黑紗罩滿大地

莉亞



「哇」的一聲，推門而入的不是思念的人，又多一次的惆悵。「他會來嗎？」不祇千次的滾在心中，迴在腦際。

微寒的深秋，夜幕已漸漸低垂，同學三三兩兩說是言非地步上回程，校園一片靜寂，拖着疲倦的腳步，帶著未十分清醒的腦子，目不轉睛的在搜索熟悉的身影，「難道他回去了？」在教室，在餐廳……亦在圖書室。然而，我忘了「留客天」的淒黯，得到的盡是一連串的「沒有」圖書室外的徘徊，增添我一籌的哀調，黑漆的水泥道上找不着人影，微瀟的寒風，拭面而去，「清風穿過寂靜的深夜」已不再適用，是我釣錯嗎？好吧，就算我本該受這種怨，担這個心，我不後悔，也不敢祈求，「只願你靜心的去做，你所想的。」整整三天了，有如三年之久，未曾碰面，更未交談，僅僅視力所及的一瞥

，上帝呀，為何懲罰我？我情不定，思難安，在笑樂的背後，蘊藏着數不盡的焦慮和思念，心中充滿了苦待，那怕是短短的幾分鐘，也將帶給我滿足的自答，難道你沒有比三天秒數總和更多的心語必須立刻傾訴？來吧！捐棄前嫌，我耐心的等待，和往日一樣的渴望着，不管有多厚的疑雲，只要觸及你那醉人的柔笑和深遠的眸子，已足驅散心中的疑慮，然而，黑紗罩滿了大地，帶着煙雨，卻盼不到你，數不清的失望……夜，怎會如此的冷澈……。

「喂，走吧！」一聲驚動了我，也拾回了自我，望望桌上的因因，不禁苦笑。

藥地的一一

消失在無邊的天際，從此：

消逝了永恆的微笑，捨不回歡樂的時光……忘吧！讓時間的灰燼，掩蓋一切。