

沙发上体验催眠术 不到一分钟，闭目端坐的女孩软倒了

醒来后她说，刚才好像在草地上，手牵一个氢气球

热线一响 记者追访

67659999

您有新闻线索，还可以这样告诉晚报：

QQ: 66534952

东区热线: 60955255

如果您拍到现场画面

发邮件到zkd_tp@sina.com.cn

对于公众来说，催眠术是一种带有神秘色彩的事物。除了在《无间道》等电影里见过催眠的场面外，它与现实生活的距离似乎很遥远。而实际上，“神奇”的催眠术已经走近了公众。利用催眠治疗心理疾病，已经被科学所认可。在郑州，催眠治疗中心悄然登场。昨日，在一家催眠治疗中心，记者亲眼目睹了被瞬间催眠的过程。

本报记者 邢进 实习生 孟丽君文
本报记者 张翼飞/图



催眠师孙东辉为一名体验者进行现场催眠。

催眠术可治疗失眠、抑郁、社交恐惧等症

用催眠术治疗心理疾病，有无科学依据？心理专家、市八院副院长胡雄说，心理治疗有400多种方法，催眠疗法的确是其中之一。据悉，催眠疗法源于古老的催眠术，已有2000多年历史，曾被宗教、神职人员利用，受到社会的误解与非议。近年来，医学心理学以科学的态度，重新评价催眠术并运用于临床治疗，如治疗失眠、抑郁、社交恐惧等症，改善情绪和睡眠，戒烟酒及控制口吃、儿童多动、厌食偏食等行为。

但是，对于催眠疗法的实施，业界是有严格要求的。提供催眠治疗的治疗师必须精通心理治疗的原理，能够全面地规避各种不良影响。而被催眠者则必须是真正患有心理疾病的患者，适合催眠疗法的患者必须是在潜意识深层次层面存在心理困惑，而又不善于表达和沟通。在这种情况下，催眠师就可以利用催眠术降低患者的精神防御机制，使患者尽情释放出困扰心理健康的不良情绪，从而化解患者的痛苦。

催眠疗法如果运用不当，会让患者心理问题更严重

如果催眠师不具备这些条件，或者滥用催眠术，则会对患者产生不良影响。“首先，催眠疗法的适应人群必须是心理疾病患者，许多器质性病变也会引发很多情绪方面的问题。”如果催眠师没有准确地判断出这一点，而采用催眠疗法治疗，会延误患者的病情。

其次，催眠师必须有高度的掌控能力，因为在催眠过程中，被催眠者会发生很多不可预料的情况，这就需要催眠师具备绝对的驾驭能力，能够使患者安然醒转。而在治疗的过程中，催眠师的暗示非常重要。“良好的暗示可以让患者在清醒后有积极向上的心态，而不良的暗示，则会让患者的心理问题更加严重。”

催眠师会积极开导患者，暗示其有能力面对和处理问题

走进灵静心理健康催眠治疗中心，一阵低回的音乐隐约传来。10多平方米的房间内，淡淡的菩提香萦绕在鼻尖，窗帘都拉得严严实实，只有一盏小落地灯散发着柔和的暖光。仿佛外界的喧嚣，全部被隔离在这间小室之外。治疗中心的创始人，催眠师孙东辉说，这个房间是按照催眠治疗的要求布置的。无论是环境、摆设还是室内装修的色调和图案，都是促

使患者放松身心的。

孙东辉说，催眠是用一定的诱导方法把人引导到特殊的心理状态。在这种状态之下，人的自主能力降低，完全听命于诱导者的指导，从而产生感觉、知觉和行为的一系列变化。而“暗示”，就是催眠产生神奇作用的原理所在。在正常情况下，大脑皮层会对所接受的信息、既往的记忆、经验情感进行汇总分析，然后做出恰当的

反应。而在催眠状态下，被催眠者的整合功能会发生紊乱，外来的暗示、自我暗示、内心欲望均会被整合而成为被催眠者“真实”的体验，让自己信以为真。由于大多数心理疾病都是由患者的心结引起的，他们往往心理压力过重，又无法宣泄，于是压抑的潜意识通过“生病”的方式逃避。在催眠过程中，催眠师对患者进行积极开导，暗示他有能力面对问题、处理问题。

被催眠的体验者，在一瞬间丧失意识，全身放松乃至瘫软

孙东辉现场示范了瞬间催眠术。整个催眠过程不超过一分钟，而被催眠的体验者，会在一瞬间丧失意识，全身放松乃至瘫软。

孙东辉让一个女孩坐在宽大的沙发上，闭上双眼，开始绵长的呼吸和吸气。然后让她伸直双手，手心相对。“想象你的两手之间有一块巨大的磁石，它在吸引着你的双手渐渐合拢”，此时，神奇的一幕发生了，女孩的两只手果然有节奏地往中间慢慢移动。“磁石在逐渐吸引你的双手，你的双手最终慢慢合拢交握，想象两手像被强力胶水粘上一样，无法分开，将全

身的力量都集中到两手上来，紧紧交握，你的手臂现在很僵硬……”之后，孙东辉凑近女孩的耳边，略微提高声音，“现在停止发力，全身放松。”更神奇景象发生了，女孩本来端坐绷紧的身体忽然软倒，向孙东辉的方向倒去。只是一瞬间，女孩就清醒过来，惊讶地睁开眼睛问：“刚才发生了什么？我就觉得一阵迷糊。”据女孩讲，在孙东辉逐步引导她时，她的意识还是清醒的。但是当催眠师暗示她双手中间有一块磁石时，她产生了两手间真的有强大吸力的感觉，双手不由自主往一起并拢，“就觉得

两手间像是有丝丝拉拉状的胶质物一样，往一起黏合”。而到最后催眠师指示她停止发力，浑身放松时，她产生了瞬间的大脑空白，一下子就软倒在一边。谈及此，女孩惊奇不已，连连说“这太神奇了，我以前根本不相信自己会被催眠。”

而在另一种对催眠术敏感度的测试中，女孩醒转之后，说自己刚才好像置身在一块草地上，手牵一个巨大的蓝色氢气球，气球在往南边飘。令人瞠目结舌的是，在催眠的过程中，女孩的身体和胳膊，的确是往南方渐渐倾斜的。

鄂尔多斯 ERDOS

The last weekends
February

活动最终解释权归内蒙古鄂尔多斯服装有限公司所有

鄂尔多斯
淘金节
2月26日-2月28日

SALE

时尚邀约，二月淘金

前所未有的低价，始终如金的品质，
时尚邀约，淘尽所爱。

销售热线：0371-65621360-800
具体活动细则敬请关注各商场专区及店内海报

蓝钻担保
理财年收益率高
房贷、车贷、房屋回购
理财融资 400-6622-989

河南海信投资担保
安全、稳定、收益高
理财专线：400-777-8369

银达投资担保
融资渠道多快 理财收益高
理财年收益率高
理财热线：400-6888-905 地址：郑州市经三路北段金威国际广场6号楼东905室

脸谱国际娱乐会所
迎新春 充卡送
笔记本电脑 手机 电动车等精美大礼
地址：东大街与城东路口北20米
咨询热线：0371-88881688 88881588