

<<世界最神奇的催眠术>>

图书基本信息

书名：<<世界最神奇的催眠术>>

13位ISBN编号：9787539946726

10位ISBN编号：7539946725

出版时间：2012-2-1

出版时间：江苏文艺出版社

作者：林俊良

页数：232

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>

<<世界最神奇的催眠术>>

前言

爱是唯一 中部调频广播股份有限公司董事长张芝嘉 处在资讯发达的这一个世纪，我总觉得它是一种负担，电视、电脑、信用卡、手机，它们让你快速拥有一切，却也剥削了你的心智与努力，成了负担与负债。

如此现象日积月累地循环，其所形成的压力绝对会令一个人崩溃，造成这个世纪普遍存在的忧郁症。

压力加之于人，就形似架在脖子上的刀剑，当挫折、恐惧、悔恨侵袭你的时候，你能定如磐石，自我调整情绪、心态和意念吗？

个人的能量是有限的，因为每个人都是独立的个体，常常主观意识强烈，对很多事物的抉择常自以为是、自以为重，拒受别人的善导，不听别人的建言，自我探索与论定，这样打拼事业既难发展也难持久。

在心灵层面上，最易受挫的也是这种人。

即使是血浓于水的兄弟姐妹，或父母，或亲密爱人，也常被摒弃于心门之外，只因深藏内心的自尊心与隐私权作祟，不愿自己像个透明人出现在所爱的人眼中，所有的苦与悲情，所有的伤害都自己吞咽，其结果只有藏在潜意识里逃避。

这个时候，去哪里倾诉与宣泄内心的话？

当然只有寻求心理治疗师啦！

心理治疗师，在西方国家医学界自有其地位，且被正名为“心理医生”，西方民众非常依赖这种疗法，他们不是在病情严重时才就医，只要觉得需找个陌生人细说解惑，就会直接到心理医生诊所找医生倾谈。

而我们在遇到焦虑、心悸、恐慌、激动易怒、郁闷沮丧、酗酒等心理困扰的问题时，会将它们都归入医院内科或精神科；又碍于门诊业绩的压力，医生只忙着看病、给药，却没给患者充裕的独立思考空间与时间，医生如何探究患者心灵层面的困扰与盲点？

曾荣获台湾地区第二届广播金音奖最佳综合节目主持人，且拥有心理咨询师、营养师、催眠治疗师等资格，具有丰富催眠助人实务经验的俊良，正朝着这个境界钻研，用催眠唤起记忆，再做一个适当的时空转换，让患者在沉静沉思中醒悟。

他常常说的“前世回溯”四个字，是西方国家心理医生以催眠为理论的一段课程，利用心理学及潜意识，让每一个想要回顾的人进入大脑，去搜寻前世残留的片断记忆，再探讨今世的因缘。

在心理医生个人诊所尚未普及的今天，借助催眠治疗的辅导指引是迫切需要的。

俊良有一颗热诚的心，研习催眠治疗之际亦修持善念，这是我愿为他写序文的主因。

在广播圈内担任主持工作30年来，我都秉持隐恶扬善的原则在制作节目，但看到现在社会的乱象，人性的脱序和道德观、价值观的下坠，才觉得隐恶扬善是不该有的鸵鸟心态，民众需要知道这个社会邪恶丑陋的一面，才能分辨是非，防患未然。

在资讯传播媒体中，电台是最棒的，民众不仅能即时接收与生活相关的讯息，也是双赢的最佳选择——边听节目边工作，绝对可以提升效率与业绩；有音乐，有歌声，可舒解压力，提高免疫力。

但这个空中舞台，可惜只属于有缘人，你如果不听，他又怎能认识你？

这一点遗憾，俊良用文字来弥补，实属上策。

本书是他多年来心灵助人的宝贵经验，请不要错过。

人生的舞台起起落落，每个人成长的阶段，每十年一计，就须转换扮演不同的角色，经过时间的酝酿所形成的结果，不管是主角或丑角，都不许有得失心，这样日子就不会难过！

若感到难过、伤心、疑惑、无助，找俊良就对啦！

爱是唯一，你只有爱自己，才能远离苦难。

爱是唯一，你只有爱自己，才能爱别人。

在施与受之间求取平衡点，你我互相鼓励。

<<世界上最神奇的催眠术>>

内容概要

随心所欲改变自己的命运，摇身一变最有本事的人！

智慧大师、心灵导师都是催眠师，运用催眠术实现与心灵对话。

人人都能学会催眠术，每天学一点，即学即用！

一本书彻底把催眠术说清楚！

随书附赠时尚精美的神奇催眠旋转卡，物超所值！

<<世界上最神奇的催眠术>>

作者简介

林俊良

专业催眠治疗师，美国国家催眠师公会（NGH）正式会员，是助人经验丰富的资深专业心灵辅导训练师。

首创舒压解郁自然能量身心灵共振能量疗法。

现任国际身心灵研究发展学会理事长。

定期在全球华人地区进行两性关系、亲子教育及经营管理的巡回演讲。

<<世界最神奇的催眠术>>

书籍目录

推荐序

爱是唯一

催眠师破解电话骗术台湾第一人

不愿做迷途中的羔羊

自序

你是否遗忘躲在内心里的刺客？

第1章 基础催眠术

你的身边都是催眠术

催眠与睡眠有何不同？

信任感建立，催眠就成功了80%

压力是心灵的病源

第2章 进阶催眠术

NLP是催眠治疗最有效且快速的方式

催眠师的职业道德与咨询面谈技巧

团体辅导的活动就是多数催眠少数

催眠运用艺术治疗：音乐、舞蹈、绘画、游戏、戏剧

自我催眠的舒眠减压技巧

解除睡眠障碍的迅速入眠疗法

催眠麻醉疗法

非治疗催眠法：舞台催眠、动物催眠与催眠侦讯

第3章 高阶催眠术

运用催眠进入心灵来改变人生

催眠千变万化的活用：叙事、隐喻、焦点、BASIC、脚本语法的融入技巧

催眠超心理学的心灵投射

前世回溯催眠术

禅修、灵动、气功都是催眠

催眠师要做好自我防护：三好法

第4章 实践催眠术

催眠可以扫描出脑中“病毒”吗？

催眠可以帮我中六合彩吗？

催眠能预测祸福吗？

催眠可以开启“阴阳眼”吗？

催眠能透视未来吗？

催眠能让我看到往生的亲人吗？

催眠能让人跨越第三度空间吗？

催眠可以解决婴灵纠缠吗？

<<世界上最神奇的催眠术>>

催眠可以让我拥有超能力吗？

催眠治疗对“选择性沉默”有效吗？

催眠可以解决“中邪”吗？

催眠可以帮我戒酒吗？

催眠可以解梦吗？

催眠可以改善睡眠障碍吗？

催眠可以改善梦游与夜惊吗？

催眠对妥瑞氏症有帮助吗？

催眠可以代替体罚吗？

催眠能帮助强迫症患者多少？

催眠可以加强信念与决心吗？

催眠可以减压治疗忧郁症吗？

催眠可以帮我修补记忆吗？

催眠是一种医术吗？

<<世界最神奇的催眠术>>

章节摘录

版权页：插图：你的身边都是催眠术合法的催眠是行销，违法的催眠是行骗，你的身边都是催眠术！无论是百货公司周年庆的流血打折宣传，或是电视购物频道中X夫人的果菜汁机“真好用”，其实说穿了它们既是行销也是催眠；大家熟悉的“金光党”黄金诈骗，或电话转账退税、中奖，还是神棍骗财骗色，它们都是行骗，更是一种催眠！

而且我确信他们都很会催眠！

其实，在日常生活中，外界时时在影响你我，左右我们的想法，只要是有意识均会被催眠，而且睁着眼比闭着眼时多。

催眠并没有好或坏，要看你运用在哪里。

最常见的就是自我催眠，有人很怀疑，我们怎么会自我催眠？

就让我举个例子来说明好了。

十几年前有一部经典日本连续剧《第101次求婚》，这是一部浪漫的爱情连续剧，剧中的男主角其貌不扬，想要追求美丽的女主角，是标准的“癞蛤蟆想吃天鹅肉”的戏码，而且女主角早就有自己的感情依归，迟迟没有接受这个丑男的感情。

但是他并不因此而放弃，每天守候在女主角的身边，心想靠自己的诚心和毅力，总有一天能赢得女主角的芳心。

于是，男主角每天不断地告诉自己：“我的求婚她一定会答应”、“我的求婚她一定会答应”……听到男主角这句话时，你是否发现，咦？

这不就是——自我催眠？

！

成功的人有一个很重要的法宝，就是不断进行自我正面想法的催眠(失败的人也是如此，只不过是不断进行自我负面想法的催眠)。

如果你能够善用正面想法的自我催眠，你就能成功，做成大事。

大部分成功的企业家，无论是做小生意还是大事业，在他的内心里都有一股不服输的力量，而且也比较有耐心，并且具有不惧怕重重困难的毅力。

总之，成功者都有时时进行自我催眠的习惯。

什么是正面想法的自我催眠呢？

再举例来说，当这些成功的企业家遇到了很难突破的难关时，很多人会感到，即便想尽了办法还是无法解决，但具有正面想法自我催眠能力的企业家会认为，在这个世界上没有任何事是自己无法解决的，他们的人生字典里没有“不可能”这个词。

于是，他们面对难关不断冲刺，直到突破为止，久而久之，他们便能找到成功的捷径，发现时时有贵人来帮助自己，最终凭借自己过人的毅力闯出一条光明之路，使事业持续发展。

同时，他们也会想到，除了赚钱，自己还担负着更大的责任，员工需要这份工作来养家糊口，员工需要自己站出来解决难题，自己不继续努力打拼是绝对不行的！

所以，成功的企业家一直在不断告诫自己要努力，给自己源源不断的动力与信心。

这就是正面想法的自我催眠。

换一个角度来看，很多人的生意失败了，或者失业了，就认为自己天生是弱者，一直认为是老天爷不帮忙，尚未尝试努力，就会告诉自己一定没有办法做到，于是自暴自弃，每天得过且过，怨天尤人。

其实他们也是在不停地进行自我催眠。

要知道，在自己的心里先种下了什么样的因，就会开出什么样的果。

还有许多学生，听不懂老师在课堂上所教授的知识，成绩不如别人，却从来都没有反省自己在课业上是否认真付出过努力，就是觉得自己读书不如别人聪明，这也是失败者的自我催眠。

另外，许多为人师表者也有类似的情况，在教学时发现某些学生没有领会自己所教的知识，就认为这些学生的资质天生就很差，不断地告诉课业不好的学生“你就是很笨，你的能力就是很差劲，你怎么努力都没有用”，以致造成这些学生放弃了自己。

要知道，当孩子在否定的眼光中成长，他们就会自暴自弃，这样的老师也是不断地催眠学生朝失败的

<<世界上最神奇的催眠术>>

方向前进。

许多夫妻在相处的模式上，也有许多问题。

有些太太很爱碎碎念，先生下了班想要好好地休息，太太却不停地在一旁嫌东嫌西，抱怨先生这个不好，那个也不好，让先生简直要崩溃了；还嫌自己的先生没有什么本事，薪水赚得没隔壁的老王多，别人家过的生活都是多么富裕，自己同学家里的生活多么幸福；或是抱怨先生回到家，不帮忙照顾孩子或是做做家务，只会窝在沙发里看报纸、看电视，像头死猪一样动也不动，太太每天都念念有词，念得是让先生回到家之后，一个头变成两个大，这位太太也是在对他先生做催眠，最后造成先生不想回家面对自己的太太。

男性读者看到这里，不必点头称是，其实男性也有类似的毛病，每当做错了事，总喜欢发毒誓，告诉太太自己绝对不会再到外面劈腿，绝对不会再招惹外面的“野花”，自己绝对会痛改前非，对太太一定会忠贞不贰。

结果呢？

还是一样，照样到外面花天酒地，太太对先生也就再没有任何信心了。

催眠在生活中无处不在，我们无时无刻都在使用它，只是我们没有发觉到而已。

发生在生活中的诸如此类的事情，如果以心理学的角度来剖析，简单地说，想要怎么收获，就先要怎样努力才行！

所以，只要凡事往好处想，心存正念，通常都会得到好的结果。

这些在内心里和信仰的对话，就是自我催眠，进而唤醒自己的潜意识，发挥生命的潜能。

<<世界上最神奇的催眠术>>

编辑推荐

《世界上最神奇的催眠术》编辑推荐：你已经被催眠了，当你看到运行字时1.说明你离我太近了，2.说明你已经被我催眠了，了如果你想知道答案，请见书中赠送的催眠旋转卡。

为你解答：催眠可以帮我中六合彩吗？

催眠能预测祸福吗？

催眠可以开启“阴阳眼”吗？

催眠能透视未来吗？

催眠能让我看到往生的亲人吗？

催眠能让人跨越第三度空间吗？

催眠可以让我拥有超能力吗？

催眠可以帮我戒酒吗？

催眠可以解梦吗？

催眠可以改善睡眠障碍吗？

催眠可以改善梦游与夜惊吗？

催眠对妥瑞氏症有帮助吗？

催眠能帮助强迫症患者多少？

催眠可以加强信念与决心吗？

催眠可以减压治疗忧郁症吗？

催眠可以帮我修补记忆吗？

<<世界上最神奇的催眠术>>

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>